

## পীনবিরকপা রা'মতং

শ্রীযুক্ত ওক্রম ইবোমচা সিংহ কবিরাজনা ইবা স্মৃগশাগী  
(Cattle) লাট্টয়েং লাইরিক অসি মকোক্তগী লোইবা  
ফাওবা পাজরে। মরু ওইনা শলশিংনা নাবা লায়না (disease)  
অমসুং লাইঙগী মরমদা শুগাইনা ইবা লাইরিক অমনি।  
লায়না অমসুং লাইঙ শি অসিদগী শলশিবু করম হায়না  
লাইয়েবিগদগে অমসুং কবস্থা হিদাক থাবিগদগে হায়বগী  
মরম পুন্নমক আযুর্বেদগী নিয়ম মতুংইন্ন' নিংখীজনা তাকপিরি।  
লাইরিক অসি গে'-বক্ষাগী মরমদা মৈতৈ লোন্না ইবা ইতান  
হানবা লাইবিকি। 'তাইব' মীগী সেবাগীদমক পোকচকলবা  
অমসুং সেবা অতু তৌনা তৌনা মথরাই থাজবা শলগুস্থা  
অতোনবা জীব অমগী মরমদা ইবা লাইরিক অমনি হায়বা  
খল্লবদা পুন্নিদা থুক লাওবা তমা পোকট। শলগী দবকাব  
য়ান্না বন্ন' লৈবা অমসু শলনা জীবিকা ওইবা লওয়াই  
থওয়াইগী স্কলশিদা লাইবিক অসি Text Book অমা ওইনা  
লৌখংপিছুন' অগাংশিদা শলগী লায়না অমসু লাইয়েগী  
মরমদা Systematic teaching অমা পীরবদি যান্না কান্নগনি  
হায়না থঙৈ।

শ্রীরাহে'বম মনিহার সিংহ  
হেড মাষ্টাব, নম্বোল হায়স্কুল  
১।১।৫১ ইং।

## হীরম-লামাস্ত অহানবা পন্দুপ

হীরম	লামাস্ত
১। শামুকী লাস্তিযে	১
২। ভারস্তা শল হাযবা জাৎকী ময়েং তাবকপগী মবম	৪
৩। শলগী মপুক ক থৎপা লাস্তিনাগী লক্ষন অমস্তু হীদাক	৭
৪। শলদা হু নহুগা থেমজিনচিংবা পাজবকপগী	,, ১১
৫। শলগী মপুক থিনবগী লক্ষন অমস্তু	,, ১২
৬। ,, মথী পেৎনা ফাযবগী	,, ,, ১৩
৭। ,, ঈতাল ফাযবা লাস্তিনাগী	,, ,, ১৪
৮। শনাৎনা ঈ ফাযবগী	,, ,, ১৬
৯। শলগী লাই থোকপা লাস্তিনাগী	,, ,, ১৬
১০। ,, লাই থোকুনবা হিদাক	২১
১১। ,, লাইহী তৌবগী	,, ,, ২১
১২। ,, লাকথুবা লাস্তিনাগী	,, ,, ২২
১৩। ,, মথী পাস্তু লাস্তিনাগী	,, ,, ২৩
১৪। ,, মথৈ অমস্তু মথৈঙনাবগী	,, ,, ২৫
১৫। ,, শলন নাব লাস্তিনাগী	,, ,, ২৮
১৬। শলবু হুই উঙ ওবা নংগ লমুইন চীকপগী	,, ২৯
১৭। শলগী মচা পোকপ চিনবগী	,, ২৯
১৮। ,, নংফম তাদবগী	৩০
১৯। ,, মমিং ঙৌদা লৈবগী	,, ৩০
২০। ,, মচ পোকপদা হকচাংগী ফীভম খবা	কাযথিবগী ,, ৩১
২১। ,, মচা পোকপ মতুদা লাইহী অমস্তু	থোমদা তৌবগী ,, ৩১
২২। মথোম যাম্মা থোকপা শনবগী লক্ষন	৩২
২৩। শনবগী মথোম যাম্মা থোকুবা উপায়	৩২
২৪। শলবু লিন্না চীকপা ফনবা হীদাক	৩৫

হীরম	লামায়
২৫। শনবীগী মথোম পোকথাযবা ফনবা হীদাক	৩৬
২৬। শনবীগী মথোম লিন্না চীক্তনবা ,,	৩৭
২৭। শলগী লে.লাই ফনবা ,,	৩৭
২৮। মৈনা পোকপা ফনবা ,,	৩৮
২৯। শলগী মচা .তকপা ফনবা ,,	৩৮
৩০। শলবু কবিগুস্থা থে.-থাৎপা চৈনাখালগী ,,	৩৯
৩১। অফবা অমসু. ফন্তবা শনবীগী লক্ষন	৩৯
৩২। কবম করস্থ' শনবীগী শঙ্কোয়া তকচাং ফবগে ?	৩৯
৩৩। শলগী শঙ্কোল শানবা নিয়ম	৪০
৩৪। শঙ্কোম ঈশিং য়ানবা য়ানদবা খঙনবা উপায়	৪১
৩৫। শনবীগী শ.ঙ্কোম শুম্মোইদৌবা অমসু ফন্তবা শঙ্কোম	৪২
৩৬। লাস্টিয়ে.বা অমসু. হিদাকী চা'দম	৪২

### অনিশুবা পন্দুপ

হীরম	লামায়
১। ইবোইগী লাস্টিয়ে	৪৪
২। ,, মপূক ক খৎপগী হীদাক	৪৪
৩। ,, মপূক থিনবগী ,,	৪৫
৪। ,, ঈতোন ফায়বগী ,,	৪৫
৫। ,, থে-থাৎপা চৈনাখালগী হীদাক	৪৬
৬। ,, লাই'হৌ তোবগী হীদাক	৪৭
৭। ,, মথো ঈশিংগুস্থা ফায়বগী হীদাক	৪৭
৮। ,, তীলনা নাবগী হীদাক	৪৯
৯। ,, লোক খুবগী ,,	৪৯
১০। ,, মথোম য়ান্না থোরবা উপায়	৫০
১১। ,, থোমাজন পোকথাযবগী হীদাক	৫১
১২। ,, থুনা শিগনবা লাস্টিনা	৫২
১। <u>আয়ুর্কেদগী কুউরকপা অমসু. শন্দোরকপা</u>	১—৮

# যুমশাগী লাক্ষিয়েং-লাইরিক

অহানবা পন্দুপ

শামুকি—লাক্সিয়েং।

“নমো গোভাঃ শ্রীমতীভাঃ সৌরভেযীভাঃ এব চ।

নমো ব্রহ্মসুতাত্যশ্চ পবিত্রাত্যো নমো নমঃ” ॥

হিন্দু শাস্ত্রকাবশিষ্টা শল (শামুক) হাযবা জাং অসিবু  
(গোজাতিকে) সত্যযুগতগী ওসি ফাওবা অসিদা লাইগুম্বা  
অমা ওটনা পূজা তোনবি। মপোযগী রাখন্দা শামুক অমেমবু  
ইমাগুম্বা থলৈ। শামুক শনবী অমগী মশাদ লাই কোটি ৩৩  
লৈ অমসুং শল অমোমগী সেবা তৌবগা মৌওটবগী ধর্ম অর্থ,  
কাম, মোক্ষ, বর্গ মবিসিগী ফল ফংই হায়নৈ। মসি যান্না  
মুম্বা খণ্ডিন্দুনা য়ে'লুববদি যান্না চুমই, মবমদি ইমা হায়বিছনা  
ঐখোযগী যান্না কান্নহল্লি, ইমাগী খোমলাং থকতুনা ঐখোয়না  
থরাই হিলকই, হকচা নোই পেল্লি, ঐখোয়বু য়োৰ্পিবি,  
অমসুং নোংম নোংমগী চাওখৎলকই। অতগুম্বা শলগী শঙ্কোম  
চা-থকতুনা ঐখোয়না হকচাং ফনবি। মীওইবনা পোকপদগী  
শিগদবা মিকুপ অমতা ওাইববা ফাওবদা অত্‌দগী হেন্দোকতুনা  
শিববা মতু, ফাওবদসু শলগী শঙ্কোমচিংবা চংদবা যাদে।

নিখিন গভ্রবদ শলন কান্নব অসি শাস্ত্রামতীসু নত্রে  
 শলগী শান্তনা শি থাটৈন লৌফমগী হাব ভট্টনৈ, হিন্দুশিগী  
 যুম খুদিদা অমা অশংগী মবম অমসু হকচা ফননবগী  
 মবমদা হুমিৎ খুদিগী চ দবা যাদ। শামু, ভৈবাই, শংগাল-  
 নচি বা শাশিগী মথৌদ মৌভট্টবগী হকচাংগী মবদ। ম'ওননবগী  
 মস্কক ভট্ট, হিবম অট্টদ শিজিন্নকমসু লৈতে। ভৌট্টশ্বসু  
 শামকী মথৌদ মৌভট্টবগী হকচা ব' হিদাক অমসু হকচা দা  
 ফনন ম'ওনন চ বা ...ওননবগী মবমদসু শিজিন্ন'ব, ম'ওনগী

প্রমা'ন্দ হিন্দুশি ন অশিবগী স'দ বন চ বা চংল'গা শিঠিন।  
 হকচা .শ'দো'ব। শামুকি মগ'না মৌভট্টবগী অনাবগী  
 হায়বান কাঁবাক, পৈ, কুচ টিগি যাকিম, পুকনাব, .থা হাশ .  
 যক্ষ, কুগ'মথুব হ'লগী ল'ট্টিন, ম'ও নাপু কাব হকচা  
 চ'চ'গ'পা, 'ম'ও নাব, অ'ওনন'চ'গী হিদাক মবমদ যান্না  
 কান্নব .প'ও অননি হ'য়ন হ'য়'ন্দ শাস্ত্রক ব'শ'না যান্না  
 থ'গ'ন'দ'ম। শলগী নট্টন, শ'ক ম'ও, খুজল, অমসু ম'ওনগী  
 মৌভট্টবগী হুমিৎ খুদিং শিজিন্নবা থো উপ, পু, শাম'জ'ও ছ'টিন  
 ম'ওক ভ'ব ম'ওন'চ'ব .প'ওচ ক'য ক'য'সু শ'ন'ব

.লৌট্টবগী হ'থাল কোট্টবগী মবমদসু হুমিৎ খুদিদা  
 প'জ'ল ভ'ব'ব থ'দো'ব। শুক'য' যাদ'ব .প'ও অমান।  
 ম'ওম পুন্নমক অসিনা শান্না হায়বদা ম'ওট্টনা হি'ব' তাববদা  
 শল হ'য়ব জ'ও অসিবু ঐথোয়ন যান্না লুনা সেবা ভৌফম  
 থোকপা অমসু ম'থোয়গী লমন ক'নাশ'ন্দবা যাদ'ব .প'ওশক

অমনি হ'যবদা থোযনা লাল্লাঠি ।

আৰ্ঘ্য পান্ধিৰিখনা শলগী সেবাগী মৰম (ব্যবস্থা) অসি  
যান্না লুনা তাক্ৰমট। বন্দাবনচন্দ্র শ্ৰীকৃষ্ণনা কালিন্দীগী  
তে ববান্দ' গবন্ধন্দা শঙ্কল্পত অমা ওটনা শল শেন্দুনা  
শল হায়বা জাৎ অ'সগী সেবাগী লমজি বা ওইবিবস্মি।  
অ'গা থা'জনচগী তোন হি'দু'তনা শলব লুনা সব' গৌবকপা  
ন'ক্ৰ। মমা দৈগী ট'ফ্ৰাস য'লববস অ'তৈ অ'তৈ লৈবাক্ৰস  
অমসু জৎ অ'তৈগী মনু'দসু শল হায়বা জাৎ অসিগী সেবা  
অমসু শলব' ডা'নব য'ল্লা চাক'শিবমট। মিশব লৈপাক্কো  
থা'টনগী লা'ইশ'শিদা শল থ'ল্ল য'ক'তুন' লৈবমট। মিশব  
লৈপাক্কো মা'শিন শলব ল'টি'গুনা সব' গৌবমট। উ'তি'হ'স'তা  
ম'গী প্ৰমা'ণ লৈ। ই'ল'গু'দসু থা'টনগী ধ'ৰ্ম্মযাজক'শি'নী ম'শাদা  
শব ল'ব য'ক'প কো'জৎ শ'ংল'মট। য'বন শ'গৈ'দা প'ক  
তুন'সু দি'মাগী ম'দ'গো ওইব'স' সম্ৰাট আ'ক'ব'ব সা'হ'না গ'জ্জাজল,  
শ'নাথ অমসু' শ'ন'ব অ'শে'ব .প'ৎ অ'ম'নি হা'য'না ভ'ক্তি  
অমসু' .ন .প'মট।

মমম পুদ্গাৎ অংগা বিধায়ন শাস্ত্রিক শাস্ত্রিবু উমা অমম  
ভাং বংশস্তম সন বী. বন। শল হাযবসিগি মশাদা  
থেকপা পোৎ মটো ১১ নট্টেদম শিবগম কাল্লাবা নত্তনা  
ছন্দোকপা যাবা পোৎ লৈতে। শাস্ত্রিক শাস্ত্রি, শনম, শঙ্কম,  
ঘা, শঙ্কম অফম্বা অসিনচ ব পুন্মক গ্রৈথোথগী শিজিল্লবদ  
চবা হকচা গীম্ব কাল্লাবা ওল্লনি। মমম অসিনা অসিগুম্বা

যান্না কান্নত্রবা শলগী জাৎপু চাৎখৎনবা নিংখিনা লুনা সেবা  
তোত্রবদি ঐথোয়গী অমাঙবা ওইবতা নন্তনা খোইদোত্রা  
অরাবা, অপঙবসু ওইরবনি হায়বদা লাল্লোই।

ভারত শল হায়বা জাৎকী মন্সং তাথরকপগী  
মরম।

মমাংঙৈদা ঐথোয়গী ভারতবর্ষদা জৈবস্থা শলগী মশিংগী  
শরুক চামগী শরুক অমরুমদা হোজিকি ভারত লৈ হায়বরি,  
মসি করি মরমদগী ওইরকিবনে। হায়বসি কনানসু খন্থুনা  
য়েংশিন্দে। শল হাৎতুনা চাবা, শাঞ্জনবু নিংখিনা লৈবকুবনা  
শলগী মশিং হায়রকপনি হায়না অয়াবনা খন্থরি। তোইগুম্‌সুং  
মুম্মা খন্থুনা য়েলুরবদি আনমক অসি অমতা নন্তে। শলগী  
লাঙ্গিয়ে বিদবা অমসু, নাবকুবদা লাক্ষিয়ে ওল্লবনা শল  
যান্না শিমনবনা হোজিকি মতমদা শলগী, মশিং, হস্তাথিবনি।

শলগী মাইবা অসি শুপলৈ লৈরকত্রে হায়বা যাই, মরমদি  
হোজিকি চাৎখৎলকুব; মতম অসিদদি খুল্লকি শা শলগী মাইবনি  
হায়বহুদি কনানসু খোশাবিদে, শলগী মাইবনি হায়বদা  
নোব্বনিবনা যামই। তোইগুম্‌সুং মসি যান্না লাল্লি। শলগী  
লাঙ্গিয়েবা মাইবনা মমাংঙৈদা হায়নিংঙাই লৈতনা কান্নরশ্মি।  
শল হেক নাবগা মাইবা কোরুনা য়েংহল্লগা হেকা ফনরমই,  
মরম অহুনা মাইববুসু লুন' তোনরশ্মি, অমসুং মাইবসু লৈরমই।

হৌজিক্তি শলগী মাইবসু লৈত্রে, শল নারকপদা মীনা হায়বা  
 তিদাক খরা তৌরগা ফরগা ফরে ফত্রগা শিজরে। কনাগুস্থা  
 মাইবনা থরাই যাওনা হোৎনতুনা শল নাবা ফরবসু মতিক  
 চানা অরামন পানিঙদে। মরম অতুনা শলগী মাটবা লৈরক্তে।

সরকারনা শা শল লাস্টিয়েংনবা সহরদা ভেটিনারি (দাতব্য  
 পশুচিকিৎসালয়) শাগী লাস্টিয়েং-শঙ অমমম থস্বি। লরাই থরাইদা  
 শল য়ান্না লৈবা মফমদদি থস্বিদে। লৌউবনা লৌ কন্না শুন-  
 রক্কা নহুগ' শুরমদাইদা শলগী অচৌবা লাস্টিনা (এপিডিমিক)  
 ওত্হোক ওত্হোকপা লাকতুনা শলগী শাঙ্গোল মুৎনা মুৎনা  
 শিনবা যাওই। কনাগুস্থনা রিপোর্ট তৌকুবগা শলগী ডাক্তর  
 লাকতুনা শল থরদং হিদাক কাপ্পিরস্মি। করিগুস্থা মফমদা  
 শলগী মতিকচাবা লাস্টিয়েংবা ফদবনা নাবতবু নারবদি শল,  
 ইবোই, শগোল, ভইনচি বা অয়াস্থা শিবনা নমই। মরম  
 অসিনা থাইন' মমাংউদগী হৌজিক্তা ভারস্তা শলগী মশিং  
 অসুক হত্তবকপনি।

শল, ইবোই মতিকচানা সেবা তৌতুনা নোই পেনহন্দুনা  
 মপাঙ্গল কনহনগদবনি। শল শনবী, ইরোই অমোন্না নোই  
 পেঙ্গগা য়ান্না অহল ওইরবা ফাওবা মচা য়ান্না পোকই। শল  
 ইরোইগী জাং অসিনা শিন্তুনা মপাঙ্গল কন্না, য়ান্না লৈরগা  
 ঐথোয়গী তিরম পুয়মক্তা য়ান্না চাওখৎপা ওমই। লৌউ-শিংউবগী  
 মরমদসু য়ান্না চাওখৎতুনা মতিকচানা মইে মরোং থোকহনবা  
 ওমই।



হোজিকি যুগ অসিদা মৌওটবগী লাঈনা অঙক অঙকপা  
 নোংমা নোংমগী হেনগংলকপগুম্মা শল ইবোইগী লাঈনাম্ম  
 অঙক অঙকপা অনৌ অনৌবা য়াম্মা খোবাক্কে এমম্মং মতম  
 ইনাই নাইদনা শল ইবেই প শিতা শিনবগুম্মা তৌবকলে।  
 অসিগুম্মা শল ইবোইগী অনাবা আসিদগী খবা কনবা উন্ননবা  
 লাইবিক খবা খবা পাবা ওয়া মীনম্ম অনাবা মশক খঙনা  
 হিদাক তৌবিবা উন্নবা হাযনা “সুমশাগী লাঈন্মেং-  
 লাইবিক” হাযবা লাইবিক মচা অসিমত্তং ইদনা ফো জাবা।

এনা উজ্জ্বল' লাটবিক মচ আসিনা শল অমসু তিবোতগী  
অনাবদা থোতৈদোকদি “গোজা” ইমাগী সেবাদা খবদঃ  
কান্নবা ওমলবদি এগী নোমজমল মঠে যালে হায়ন' নি জগনি।

নমোল,                      শ্রীঃক্রম ঠাঃবামচ সি হ,  
১।১।৫১ ই।              কবিব জ (আমুর্বেদ) এম-বি, (হোমিও),

## শলগী মপুক কংখৎপা লাঈনাগী লক্ষণ অমসুং হিদাক।

শলগী মপুক কংখৎপা হায়বসি মঙং ৩৪ থোকই। লক্ষণ অত্ৰ মুন্না য়েংলগা মগী তৌরিবা অত্ৰগী হিদাক মুন্না য়েত্ৰনা পিজগদবনি। মত্ৰদি— (ক) চুন্না মপুক লুংশিং কাত্ৰনা ময়ংলেন ফাওবা কংখৎলবদি মথাগী হিদাকশিং অসি পিজরগা ফৈ। মত্ৰদি :—

১। কদম মনাগী মতি ১৮০ পোরা মথাই অমা লৌত্ৰনা অমুক্তং পিথক্ৰবসু ফৈ। মাসি নগ্ৰগা চিনি অরিবা (পুরাতন গুড়) পোরা মথাই অমগা য়াইঙং অশংবা মকুপ ১০ ছটাক অমগা য়ামত্ৰনা পিজববদি শল মথি-ময়ং হান্দোকই, মপুক কংখৎপা ফৈ। লুমিং নিনি লুমনি খজিক অনোবা জাং অত্ৰ খরা খরা রাংনা রাংনা পিজগদবনি।

(খ) চনিঙদা কংখৎপাঃ—

লক্ষণ— চনিঙদা কংখৎলবদি শলগী স্বর তোইনা হোল্লি, মথি ময়ং ফাইনিংবগুম মপুক থিনবগুম তোই। মপুক খরা চাওখৎলি, মনা লেকথে, মমৈ কয়া হাইনিংদে অমসুং হাইবসু গুমদে। করি করিগুম্বা শলনা মথি মনম নমথি অমসুং ঈ খজিক খজিক য়াওবগুম্বা মথি খজিক খজিক্তং ফাইগল্লি। মসিগুম্বা লক্ষণ অসি তৌরবদি মথাগী হিদাক অসি পিজরগা ফবা য়াই। মত্ৰদি :—

২। শিংখা মকুপ তোলা অনি, সৈন্ধব লবণ ১/৮ পোরা  
অমা মখাই, কন্তুক মকুপ তোলা ৪ মরি, ক্ষরি মচং ১/২  
ছটাক মখাই অমা, চিনি (গুড়) অরিবা পোরা মখাই, গোল-  
মরিচ ১০ গী মকুপকা; পুন্না য়ান্নরগা লুম্বু লুম্বু শাবা চবোল  
সের অমদা নৈখাইরগা পিথকদবনি। অসুম তৌরগা শল  
অহু মখী ফাইদোকতুনা থুনা ফৈ।

(খ) নোংছু পকী লাস্টিনা (সিমলা রোগ):—

মরম— অহানবদা শলগী নু শিং কাতুনা চাকখাও কংখৎ-  
লক্লগা লাস্টিনা অসি পোকই। নিয়ম কাইনা চাবদগীসু  
লাস্টিনা অসি নাই। মতম থরা শজিক কংখিটুনা শল অয়াস্বা  
মপুক থরা চাবা ফংলমদবদগী নেং জু-থা তৌরকপদা শজিকি  
অনৌবা এনিং ছল্লকপদা শজিক হানৌ য়ান্না চাশিল্লগা লাস্টিনা  
অসি পোকই। শল্লপকী মনুদা অয়াস্বা শলশিংনা লাস্টিনা অসি  
তোগিল্লি। মরম অসিনা মসিসু অচোবা শলগী লাস্টিনা (মরাই  
তাবা) অমগুস্থনি।

লক্ষণ— লাস্টিনা অসি নারবদি শলগী ওইথংবা মপুক  
লোমদা কংখংলি। খুদোনবীনা কাপতুনা য়েবদা চাক-  
খাওদা নু শিং য়ান্না হান্দুনা লৈবগুমই। শলগী স্বর হোনবদা  
রাই, গ্রে গ্রে হাইবা মখোল যাওই। মন্য তিংনা লেগ্না  
রাই, মডক পুবা ডমদে, লেং খোংপা ফাওন। ওয়ক্লবগুম তোই।  
অহুদগী মপুক কংখৎলকপা হেনগৎলকতুনা লেগ্না ওমলক্লতুনা  
তুথরকই অমসুং স্বর থিংতুনা শি।

ক'র করিগুদা লাসিনা অ'স ৩ক মশক খঙব' ওমদতনা  
অ'ত লাসিনা ওইরবোই নিংই । অতুগা যান্না থুনা হেঙ্লকপা  
ম'তৌ অহু উরগা মন্থকপা নল্লগা ত চারকপরা হায়না নিংই ।  
অনাবা অকনবন পুং ১দগী পুং ৬ ফাও দ শি, অয়াস্ব দ পু ৮  
দগী পু ১২ কাওবদস্ব শিদব' য়াই । লাসিনা অসিনা শলগী মপুক  
য়ান্না ক'খৎপা ফননবা মখাগী হিদাকশিং অসি পিজগদবনি ।  
মাতিদিং—

১। শিখ মকুপ ছটাক অমা, গোলমরিচ মকুপ ১০ সিকি  
মঙাগী মকুম, যু কাটেল পোর, মখাই অম য়ানশিল্লগা ঈশিং  
অশাবা ১০০ সের মখাই অমগা নৈখাইতনা পিথকদবনি ।  
হায়রিবা হিদাক অসি মপু ফাদ্রিবা শনাওগাদ তখাই  
পিজগদবনি । হিদাক অসিনা কান্নরবদি ওইহাক লৈরগা  
থেগৎলকনি ; খরা যান্না থেগৎলকগা মপুক ক'খৎপা স্বর  
রাইচিনবা ময়েং তারকনি । হিদাক অ'সনা কান্নদতনা স্বর  
থেগদবগুম তৌরকবদি মখাগী মখা ফাইদোক্কা হিদাক অসি  
পিজগদবনি । অসিগুম্বা অবস্থা অসিদা থাঙ থাতুনা চাক-  
খাওদগী লুশিং লৌথোকপনা ফৈ অতুবু হিন্দু ধম্মগীদি তৌদে ।

২। চিনি (গুড়) ছটাক অমা মখাই, কন্তুক মকুপ  
ছটাক অমা মখাই, থুম ১০০ পোরা মখাই, শিখা মকুপ ১০  
সিকি মঙাগী মকুম, মসি ঈশিং অশাবা সের অনিদা নিংখিনা  
নৈখাইরগা ইংহল্লগা পিথকদবনি । চিজাক্সা শম্বিক অশাবা  
খজিক খজিক পিজগদবনি ।

চ্যকশিনগদবা মরমঃ— শল্পপকী মনুদা শল অমদা  
লাজিনা অসি তৌরব্বাদ শল অঠৈ অত্থু চাবদা য়ান্না রাৎনা  
পিজগদবনি ।

(ঘ) লাজিনা জাৎ অমনা (সিমলা রোগ)

লক্ষণঃ— শল অত্থ মকোক থাংগৎনিংদে মকোক লমটৈ,  
শগুপ শাইবসু থাউগা মান্দে, মথোং শেকটৈ, লেপ্পা ৬২.৮,  
মনা তরেক তরেকটৈ, ১৫পা মতমদ মবোং নাম শেকটৈ,  
করিংগদা মথোং অনিমকসু শেকটৈ, শজক করা চানি দে,  
মথী মযুসু য়ান্না লিকটৈ । মদিসু নোংপপ্লামগী লাজিনা  
জাৎ অমনি (সিমলা) । হার্যাববা লক্ষণ অসি তৌরব্বাদ  
মথাগী হিদাক আস পিজগদবনি ।

১। তিলতৌ ছটাক অমা (বিলাত্ত অচৌব জাৎ নত্বে)  
খরমি (তীল অম, সন থোংনাগী মর, তালি অনি, বোবোই  
পাখিগী মর, তে ল অনিগ তকথাইতুন পিজগদবনি ।

অশেকপ মথো অদা মথাগী হিদাক অসিগী অশ বা  
মথী অমনা হিগা য়েগদবনি । মত্থদিঃ—

২। শন্থা (গোবব) ছটাক অমা, অঙ্গোং মন ৪।৫  
গা টি, নং সেন অমগা র ঠথু মথুনগী (মথুন মনাক্তা নিনখৎপা)  
লৈপাক ছটাক অমগা দুংলগ অশাবা মতি অহনা শানা  
শানা হিগা য়েবিগদবনি ।

৩। টাচিন থাঙগা কর্পূবগা য়ান্নহনা মথোদা তৈবিরবসু  
(নোইটুনা) ফৈ ।

৪। শলগী মকোক য়ান্না লুমলবাদি চকু অহনবা অমদা  
তোববোৎ মদৌ অকংবগা, শোবোৎ মশু নাগাবগী মকুগ,  
(বিজ্ঞা অরিবা) মকুগ হংগাম মথোক অকংবগা য়ান্নতুনা  
হাপলগা শলগী মকোক মনাক্তা লৈঃঙ (চেক মতেক্কাহনা)  
শমতুনা চকু অত্থ থাজ্জৎতুন মৈ থারগা মৈথু য়ান্না কারকপা  
অত্থ অনাবা শল অত্থগী মমিত্তা মমাইদা য়ৈহল্লগা শলগী  
মমিত্তা অমসুং ময়াদগী ইশি থোৎকই মসুম তৌরগা শলগী  
মকোক লম্বা অত্থ ফবকই। চকুগী হিদাকশিং অত্থ মৈথু কার-  
খদগী মৈ তোবক্কাবাদি রাই চাট্‌শিন্দুন। মুৎথৎকদবনি। অনাবা  
শল অত্থনু শজিক অনৌবা থব থর পিজগদবনি।

### করিগুয়া হু চারকপা নহগা থেমজিনচিংবা পিজরকপগী হিদাক।

শলনা কবিগুয়া হু চারকবাদি মত্থ থুনা ফননবা হোৎন-  
তোদ্রবাদি শল অয় স্বন শিগল্লি। কনা কনাগুশ্বনা হাঃনৈঃ—  
হাঃনা নহগা মুচ শনা শাজক্তা থেমজি, কুচিলানচিংবা হু  
চাট্‌শিন্দুন শল শিননবা হোৎনৈ। নহগা করিগুয়া শলশিংনা  
কেগে মনা মকুন চবা চারকবাদিস্থ নারকপা য়াই।

লক্ষণঃ— কবিগুয়া হু চারকবাদি শল অত্থ কোজ্জোল-  
গুয়া মতিল চোথরকই, শজিক চাঙ হায়বা য়াদে। শলগী  
মশা অত্থ তনিক তনিকই, চনিঙদা য়েকই, খুৎগী মথোংনা  
মপুজ্জা খোৎলি, মচিনা মপুজ্জা তকই, ঈশিং য়ান্না থৌরাংই,

ময়াঙ তেখোকতুনা য়াঙলোমদা চিংবগুম তোই, মচিন্দম  
খোংবগুম মখোল খর খর থোকই, মতু ইপোল পোল্লি।

### লাস্টিয়ে

১। শিখা মকুপ সিকি মঙাগী মকুম, তিসিগী থাও /১০  
পোরা অমা, অমসুং কন্তুক পোর মগাই অমগা পুন্না তিল্লরগা  
চবোল /১০ সেব মথাই অমদ নৈখাইরগা পিথকদবনি।  
মসিনা শলনা করিগুম্বা ত চাবকগী লাস্টিনা ফগনি।

চোকশিনগদবা (চিঙ্গাক)ঃ— শগোল হরাই খরা ফুংতুনা  
চবোল খরগা পিথকপ (অনঙা)। নরগ চবোল খবা খরা  
শাবা অহু (অনঙবা) পিজবা য়াই। মপুক য়ান্না নাবদগী  
মতো অহু কোকাত্রবা অমসু মপুক ময়েং খরা তাদ্রিবা ফাঙবা  
ঈশা পিথক্কোতিদৌবনি।

শলগী মপুক খিনবগী লক্ষণ অমসুং হিদাক।

শলগী লাস্টিন অসি তোরবদি মথো ফাইদে, ময়ুংদি হাল্লি,  
করি করিগুম্বদসু ময়ুংসু হান্দবা য়াঙই। য়ান্না থিল্লবদি শল  
অহু লেপ্প ডমদে, মথোং মরি তিংথোকতুনা ফ্রোং ফ্রোং কাঙই।

১। কদম মনাগী মহী /৬০ পোরা মথাই অমগা চিনি  
(গুড়) অরিবা ফঃদ্রগা অনৌবা /০ ছটাক অমগা য়ান্নরগা  
পিঞ্জরবদি ফৈ।

২। যেনশিন মনা খরা নিংখিনা চামথোক্কগা মহী অহু  
লৌছনা শলগী মমিত্তা হাল্লিরবসু মপুক খিনবা ফৈ।

## মথী পেৎনা ফাইবা লাজিনাগী লক্ষণ অমসুং হিদাক।

শলগী মথী পেৎনা মথী লা না ফায়বদি খুদক্ অতুমত্তদা  
ফননবা হোৎনদ্রবদি শল য়ান্ন। শিগল্লি।

লক্ষণ :— লু শিং খব খর য়াওন মথী পেৎনা মথী লাংনা  
ফায়বা হৌরকই, তোইগুদ্রসুং য়েকপা অমসুং শংবা তৌদ।  
শজিকসু চাই (লামট) শগুপসু খর খর শাইবগুম তৌই,  
শঙ্গামসু থোক্লে, মশাগী ফাভমসু খর শোভনা উই। লুমিং  
খর কুইনা মথী পেৎনা পেৎনা ফাইবরক্‌বদি মথী ফাইবদা  
খর খর শালকই, অমসুং ময়াঙসু কোলকই, অমসুং মথীদা ঙৈ  
খর খর য়াওরকপগুম তৌই। অশুম তৌরক্‌বদি শলগী শন-  
জেনকম, শজিক অমসুং ঙৈশিং খর ওনবা ফৈ।

### হিদাক।

১। শলগী মথী পেৎনা ফাইবদি নোংমা নিনি রাগী  
মনা ডাক্তা পিজরবসু ফবা য়াই।

২। কবোথজী মকুপ তোলা অনিমথাইগা চা পাস্বী  
অক্‌বা মকুপ তোলা অনিমথাইগা, যু (কালৈ) ছটাক অমগা,  
শিংখা মকুপ সিকি মঙাগী মকুমগা, আফিং ১৬০ শিকি অনাগী  
(শল ১১০ গী) মকুমগা ঙৈশিং ১৬০ পোরা অমা মথাইগা  
য়ান্নত্‌না পিথক্‌বদি মথী ঙৈশিংগুয়া ফায়বা ফৈ। মথী পেৎনা  
ফায়ক্‌বা শলবু মথী পেৎলোইদৌবা শজিক য়েংত্‌না পিজগদবনি।



মথী ঈশিংগুম্বা লাউনা ফায়বা ফরবদি, মুমিৎ খরদঃ ঈশিং  
পিথক্কনঃ চফু চবোল খরা পিথক্কদবনি । শল অতুন। ময়াঙ  
য়ান্না ক লবা অমসুং মপাঙ্গল শোল্লবদি নৈমদা অমুক নত্রগা  
অনিরক মথাগী হিদাকশিং অসি পিজ্জগদবনি । মত্ছদিঃ—

৩। গোলমবিচ মকুপ সিকি মঙাগী মকুম, শিংখা মকুপ  
সিকি মঙাগী মকুম, থুম সিকি মঙাগী মকুম, শাবল ম র থা মকুপ  
সিকি মঙাগী মকুম, পাথোন মকুগা মকুপ সিকি মঙাগী মকুমগা  
নিংথিনা মকুপ লৌবগা য়ান্নতুনা মত্ছগী তংখাই নত্রগা ১ ৪  
(মরি থোকপগী অম) শরুক অমা চিনিগা য়ান্নরগা চবোল  
অশাবদা নৈখাইরগা পীজ্জগদবনি ।

২। মথী পেৎ পেৎ ফাইরকপা কুইরবা মশাসু খরা  
শোল্লক্কা অত্ছ ওইবগা মথাগী মশা কল্লা হিদাক অসি  
পিজ্জগদবনি—

লুংশিল চংনি মাপনগী মকুমগা ঈশিং সের মখাইদা নৈ-  
খাইরগা পিথক্কবসু ফে ।

ঈতোল ফাইবা লাস্তিনাগী লক্ষণ অমসুং  
হিদাক ।

শলগী জাৎ অসি মথী পেৎনা মহি লাউনা লাউনা ফায়রকপা  
মতমচানা ফননবা হোৎনহৌদ্রবদি তুদা ঈতোল ফায়রকই ।  
ঈতোল ফায়বা হায়বসি হৌবকপদা ফননবা হোৎনহৌদ্রবদি  
মুমিৎ খবা কুইথবদি ফবা ওমগন্দে । অত্ছগা শনাওগী ঈতোল  
ফায়বদি শঙ্কোম য়ান্না থক্ মল্লগা শনাও অয়াস্বা ঈতোল ফায়গল্লি ।

লক্ষণ :— মসি মথীদা ঈ য়াওরকই, য়েকই । শল অহু  
ময়াঙ য়ান্না ক.শিল্লকই অমসুং শোন্ডরকই । মপুজ্জি লাম্বী  
অহুবু, মহোশা শগুপ শায়বগুন্না শায়বা ওমদে । কুন্দুনতা  
অয়াস্বা লৈ, হৌগৎপা ওমলক্তে । মনা, মনাতোন, অমসুং  
মথেং ইংই, মমিৎ কুংশিল্লি, মতু চুংই, মতম খরগী মনুংদা  
ময়াঙ য়ান্না ক.শিল্লকই ।

### হিদাক ।

১ । আফিং চংনিং ১৮ গী মরুমগা, ফিটকিরি ছটাক  
মখাইগা, খরিমাটি মকুপ ছটাক অমগা পোৎ অহম আসি য়ান্নরগা  
অহানবা লুমিত্তা অহমলক অহুগী মতু লুমিত্তগী নোংমদা অমুক  
‘অমুক্ত’ পিথকদবনি । কুইদ্রিবা নোংমা নিনিদা ওাইরিব  
অনাবা ওইরগা অহানবা লুমিত্তা অনিরক মতুং নোংমা  
কোনবদা অমুক্তং পিজ্জরগসু অনাবা অহু ফৈ ।

অনাবা ফরবা মতুদা শল অহু য়ান্না শোনবা অমসুং কংল-  
বদি মখাগীমপাঙ্গল কননবা হিদাক আসি পিজ্জবনি । মত্হদি—

২ । থুম ছটাক অমা, শিংখা মকুপ সিকিগী মরুম, গোল-  
মরিচ সিকিগী মরুম, শাবল মরিংখা মকুপ সিকিগী মরুম,  
পাথোন মরু মকুপ সিকিগী মরুম, পোৎ ময়াম আসি নিংখিনা  
শুছনা মকুপ লৌরগা চিনি (গুড়) ছটাক মখাই অমগা য়ান্নরগা  
চবোন লুসু লুসু শাবা খরগা য়ান্নহনা পিজ্জগদবনি । লুমিৎ  
মরিনি নোংমগী অমুক অমুকতং অশ্রম তৌনা পিজ্জবদি  
অনাবা ফৈ ।

চিঞ্জাক :— অং বা নত্রগা অকনবা শজিক পিজবা ফন্তে  
অমসুং মনপ থাংবা .পাং, থাওথি পিজরোটদেবনি ।

### শনাওনা ঈ ফাইবগী হিদাক ।

মপী লৈত্রবা শনাও নত্রগা মপী লৈরিবা শনাওগী মথী ঈ  
ফায়রবদি, ভোদবা শঙ্কাম পোর। অমদা লাইবিক য়েংবা  
কবোক তিঃছনা মুমিৎ ৬।৫ নি পিজববসু কৈ ।

১। পোকপা থা ৬ শুবা শনাওগী মথী ঈ ফায়রবদি  
চফু চবোনগা লৈবঙগী লৈপাক অঙাংবা শুছুগা নৈখাইরগা  
পথকদবনি ।

মখাদা ইবিবা হিদাক অসি পিজববসু মথী ঈ ফায়বা  
নত্রগা ময়ু ঈ হানবা কৈ ।

২। তীনশিবি পাস্থীগী মচৈ অনোবা তোলা অমা, নিংখো-  
খো লি তোলা অমা, নিম পাস্থীগী মকু তোলা অমা, মসি  
নিংখিনা শুগাট্ছনা তক্রগ লানা য়োমছনা পিজগদবনি ।

### লাইথোকপা লাজিনাগী লক্ষণ অমসুং হিদাক ।

মসি য়ান্না অকিবগী মণক ওইবা শিগনবা অমসুং লৌনগনবা  
লাঙ্গিনানি । শল অমতংগী লাইথোকপা লাজিনা অসি তৌ-  
রকুবদি শল্পপ অপুশ্বা মথং মথং লৌনরকই । লাজিনা অসিনা  
নাবা শল ১০০ গী মনুংদা ৫০ দগী ৯০ ফাওবা শিগল্লি ।  
লাঙ্গিনা অসি নাবা শলগা অতোয়্যা শলগা শোক-পন্নরবদি

পুং ২৪ গী মনুংদা নজ্জগা মুমিৎ ২১০ গী মনুংদা অনাবগী  
লক্ষন অহু তৌরকই। লাইনা অসি উৎলকপগা অনাবা  
শল অহু মুমিৎ নিনিদগী চয়েল ফাওবা নাবা য়াই।

লাইনা অসি ভারতকী মফম অতৈ অতৈদা মুমিৎ ওম্বোক  
ওম্বোকপা কৌনৈ। মাহুদি :—চট্টগ্রামদা বড়পীড়া, রাজ-  
সাহীদা চেরগা, পাটনাদা ডকরা, কাশীদা ভবানী, মাদ্রাজদা  
পেয়া, বোম্বেদা পিল্লনৌ নজ্জগা নতা, অমসুং অরাং নোংচুপ  
থংবা প্রদেশদা গুটি নজ্জগা চিটক হায়না কৌনৈ।

অহানবগী মণ্ড :—শলগী মনা লেকথরকই, মতু পোল্লি,  
ময়া ক্রক ক্রক চিকই, শজিক চানিঙদে, মরক মরক্তা ঈশিং  
খৌরাংই, তপ্পা তপ্পা শগুপ শায়, মশা ঈনা-নাবগুম জৌই,  
মরক্তা মপুক শিৎচিনবগুমসু তৌই. ময়া মনুঙ অহু থরা শাই।  
মথিদা লোককুশা তৈ, ময়াংলে ন্দা নানবা, নশা য়াদে।

মরকী মণ্ড :—স্বর তোয়না তোয়না হোল্লি, লেংখোৎপদা  
রাই, ময়াংলেন অমসুং নারুমরাইদা নাই, শোকপা য়াদে,  
মশা অহু অমুক শাবগুম তৌই, অমুক য়ান্না ইংই, শগুপ  
শায়বা অমসুং মতিন য়োৎপদা য়ান্না রানা উই।

অকোনবগী মণ্ড :—স্বর য়ান্না নমথি, মমিৎ ময়া অমসুং  
মনাতোন্দা লোককুশা মনপ থোকই। করি করিগুমদা মনা-  
তোন অহোবগী মনুং মমিৎ মিৎপান অমসুং লৈগী মনুংগী  
মউন হুদোকই, য়ামাং নোমই মতম অয়াসদা য়ারিসু পোমই।  
মতিন য়োৎপা য়ান্না রাই অমসুং য়োৎপা মতমদা লোক

খুই, মশা অপুহা ঙ্গেই, ঙ্গে অমসুং লোক ভৈবা মখি ফাই।  
স্বর হোন্দোকপা রাই, অমসুং গোঁ গোঁ লাওবা মখোল  
থোকই, মখী মহী লাওনা ফায়গলি, অয়াহা মতমদা শলগী  
ময়াঙলেন নাকুম, নাকথংদা মত্রঙ মত্রঙ মতুম মচা মচা থোকপা  
উই, ওলাংখাদা মসিগুহা ভৌরবদি হিংবসু যাই, ভৌইগুহসুং  
মত্রং মতুম অহু থোকহুনা ইতোল ফাইবগুম ভৌরবদি  
অফবা খুদম নন্তে।

মকুওইবা খুদম :—ময়া মজুংদা য়ারিদা অমসুং মশাগী  
মফম অতৈ অতৈদা মত্রঙ মতুম থোকপা, ঙ্গে খরা খরা য়াওবা  
মখী ফায়। মমিৎ ময়া অমসুং মনাতোনগী মউন হুহুনা  
মাহুদগী নাই থোকপা মশা অপুহদা মত্রঙ মত্রঙ মতুম মচা  
য়াহা থোক্লিবা মথে ফৈ।

## লাজিয়েং

১। শলগী লাইথোকপা লাই হুন্দোরকলগা লাই মুস্তি-  
ভৈদা তেরা মকুগী ( বিচি ) মকুপকা চিনিগা ( গুড় )  
নিংখিনা তোংলগা লানা য়োমহুনা পিজগদবনি। অসুম  
তৌনা মুমিৎ হুমনি নোংমদা অহুমলক, অনিরক, অমসুং  
অমুরক পিজগদবনি।

তেরামকু পিজবগী নিয়ম :—চহি অহুম হেল্লবা শলগী  
হিদাক অসি পিজবা অহানবা মুমিৎকী অহানবা পিজবদা  
তেরা মকু ২৫, অনি গুরকপদা মকু ১৮; অহুমলক গুরকপদা

মরু ১০ পিজগদবনি। অসুম তৌনা শলগী (বয়স) চহি  
মতুং ইল্লা শনাওগীনা মরু মশিং হস্থনা পিজগদবনি। অহানবা  
মুমিৎতা অহানবা পিজবদা পিজবা মশিং অহুদগী অকোনবা  
মুমিৎকৌ অহানবা পিজবদা মরু মশিং হস্থনগদবনি। -মাত্দি-  
অহানবা মুমিৎতা অহানবদা মরু ২৫, অনিশুবা মুমিৎকৌ  
অহানবা পিজবদা মরু ১৫, হমনি শুবগী অহানবা পিজবদা  
মরু ১০, অসুমনা মুমিৎ খুদিঙ অমসুং পিজবা খুদিংগী মরু  
মশিং হস্থনগদবনি।

মপুং ফাদ্রিবা শল অমোম অমসুং লানগীদি অহানবা  
মুমিৎতা অহানবা পিজবদা মরু ৭, অনিশুবদা ৫, নিনি-  
শুরকপগী অহানবা পিজবদা মরু ৭, অনিরক শুরকপদা  
মরু ৫, অমসুং হমনি শুবগী মুমিৎতা মরু ৫ অমুকতং  
পিজগদবনি। অসুম্না অপিকপা শনাওগীনা অহানবা মুমিৎকৌ  
অহানবদা পিজবদা মরু ৭, অনিরক শুরকপদা মরু ৪,  
অহমলক শুরকপদা মরু ৩, নিনি শুরকপদা মরু অমতং  
অমুক্তং পিজগদবনি।

ইরোই অমসুং শগোলগীনাঃ—অহানবা মুমিৎকৌ অহানবা  
পিজবদা মরু ৩৫, অনিরক শুরকপদা মরু ২৫, অহমলক  
শুরকপদা মরু ১৫, অসুম তৌনা মথক্তা হায়রিবা নিয়ম  
অসুম্না মুমিৎ হমনি পিজগদবনি।

মীগীনাঃ—অহানবা মুমিৎতা মরু ১২-৭-৫, অনিশুরকপা

জুম্বিতা মরু ১০—৭, জুম্বি শুরকপা জুম্বিতা মরু ৫—২, অম্বুমা পিজগদবনি। ঈশিং অঙ্গিবা পিথকলোইদবনি, ঈশিং লুমলগা ইংহন্দুনা পিথকদবনি। মীগীদি শ। অমসুং ও চারোইদৌবনি।

২। নাবা হৌরকপদগী মথী ফায়দতুনা মপুক অজ্জ কজ্জবদি, থুম কাঁচা ৩ দগী ৬ ফাওবা নোংমদা ১।২ মরু পিজগদবনি। অকনবা জোলাপ পিজরোইদৌবনি। মবমদি মথী য়ামনা ফাইমল্লবদি শল অহ মশা থুনা খোষ্টে।

৩। শল লাইথোকপা হৌরকপদা কপূর ৫০ সিকি অহুমগী মরুমগা, শাবল মরিংখা ( চিরতা ) মকুপ সিকি মঙাগী মরুমগা শগোইদাক মরু কাঁচা অমগী শরুক মরিগী শরুক অমা ( ১ কাঁচা ) গা কালৈ ( য় ) ১৬ পোরা মথাই অমগা তিনশিন্নতুনা মথী লাউনা ফায়বা অজ্জ জোকত্রিবা ফাওবা পু ১২।১২ লৈর লৈরগা পীথককদবনি।

৪। ঈ, লোক অমসুং মথী অপেংপা ফায়বা নোংমগী মমুংদা ফংত্রবদি মাছ থিংনবা খরিমাটি মকুপ ৫০ সিকি অহুমগী মরুমগা আফিং ১৬০ সিকি অনাগী মরুমগা শাবল মরিংখা মকুপ ১১০ সিকি মঙাগী মরুমগা, কালৈ ( য় ) ছটাক অমগা য়ানশিন্নরগা চবোন সের অমদা হাপতুনা পিথককদবনি।

### চিঞ্জাক।

চেং অমসুং শগোল হরাই মুন্না ফুংতুনা চবোন নজ্জগা চনাং

পীথকপা ফৈ। ঈশিং লুমগা ঈহন্দুনা পীথকদবনি। শজিক  
অক বা চক্ৰনচি বা পীজবা ফন্তে। শজিক অণবা পীজবমু  
য়াই।

শলগী লাই থোক্তনবা হিদাক।

শলগী লাইথোকপা লাইন। অসি তোনরকপা উবগা মথাগী  
হিদাকাশ অসি পিজহোরবদি লাই থোক্কাই।

১। শগোহিদাক পাস্বীগী লেফু ১০ শিকি মত্রগা ১৬০  
শিকি অনাগী মরুম পীজরবদি কদোউদমু শলগী লাই  
থোক্কাই।

২। কোম্পেক তুজোম্বীগী মরুগা (মৃগ) য়েল অমুবিগী  
মরুমগা তকথাইতুনা শজিক পিজরবাদ লাই থোকলোই।

শলগী লাইহো তোবগী লক্ষন অমসুং হিদাক।

লক্ষনঃ—লোক থুংবা, লোক থুংবা, মথী ফায়দবা, মশা  
শাবা, লাইহো তোবগী লক্ষনি।

লাজ্জেক্সং।

১। মথী ইফায় ফায়দবদি অহানবদা মথী ফায়নবা  
হিদাক খরা পীজরগা লাইহোগী হিদাক পীজগদবনি। কালৈ  
(যু) ছটাক মথাই অমগা কর্পূর ৮০ সিকি অহমগী মরুমগা,  
সোরা তোলা অমগা মাতুদি—যুদা কর্পূর য়ানশিল্লরগা মাতুদা  
খরিমচং য়ানশিন্দুনা ঈশিং খরগা য়ানতুনা পীথকদবনি।

২। চিনি (গুড়) ছটাক অমা মথাইগা, থুম তোলা অনি



মখাইগা, শাবল মরিংখা (চিরতা) মকুপ তোলা ২৥০ অনি  
মখাইগা সোরা (ছকান্দা ফংই) তোলা অমা মখাইগা ঈশি দা  
য়ানশিন্দুনা পীজগদবনি ।

৩। শগোহিদাক মরুগী মকুপ ছটাক মখাই, সোরা ৮০  
সিকি অহুমগী মরুমগা, কপূ'র ৮০ সিকি অহুমগী মরুমগা  
য়ান্নরগা চবোনগা পিজগদবনি ।

লোক খুবা লাজিনাগী লক্ষন ১২২ হিদাক ।

শলগী লাইহৌ তৌরগা অমসুং মছগা লোইননা লোক  
খুরবদি মখাদা ইরিবা হিদাকশি অসি মুমিং খুদিংগী অনিরক  
পীথকদবনি । চয়োল অমরুম পিজরগা লাইহৌ অমসুং লোক  
খুবা ফৈ ।

হিদাক ।

১। গোলমরিচ মকুপ তোলা মঙাগা শিংখা মকুপ তোলা  
মঙাগা থুম তোলা মঙাগা, পাখোন মরু (যোয়ান, ছকান্দা  
ফংই) তোলা মঙাগা পূন্না কূপ্পা তকখাইরগা চবোন নত্রগা  
চাক্কা তোৎতুনা পীজগদবনি ।

২। শলনা খাঁ খাঁ হায়ছনা লোক য়ান্না খুরবদি শিংখাং-  
গগী মনা পৌরা অমগা নিংখোখোংলি । ৮০ পৌরা মখায়গা  
পোৎ অনি অসি পীজগদবনি ;

৩। শলগী মখৌ পোমলগা তীনশিবি পাম্বীগী মতোনগী  
মটে পৌরা অমগা সমদ্র ফেনা (ছকান্দা ফংই) ছটাক অমগা

শগোহিদাক মন। পোরা অমগা জায়কল অনিগা পূন্না তরুগা  
মৈদা শাহন্দুনা চরম উতোদা তৈরবদি পোহসু হস্থগনি।

চিঞ্জাকঃ—তিংথো অশাবা, হরাইমতোন, চাক্কি চবোন্দা  
থুম হাপতুনা পীজবসু ফে।

শলগী মথো পোহা লাজিনাগী হিদাক।

লাঙ্গিনা অসি য়ান্না চিনফম থোকপা লাজিনানি। শাশিংগী  
লাঙ্গিনাগী মনুদা য়ান্না কিফম থোকই। লাজিনা অসিনা নাবগা  
থুনা হেনগৎলকই অমসুং লোকনা খেবসু হেঞ্জিল্লকই। অতুগী  
মতুদা স্মোর থিংছনা থুনা শিগনি।

লঙ্গুন (মতোঁ)ঃ—লায়ন। অসিনা নাবা শলগী মচিন্দগী  
মতিন তাছনতা লৈ, মরক মরক্তা মমিত্তগী মপিসু তাই, করি  
করিগুদা লোকসু খুই অমসুং মমিৎ অতুগা মনাতোনগী  
অহোবা মনুং অতু খরা ডাঙই, মচিল য়ান্না নমথি, মনাতোন্দা  
মনপসু থোকই, করি করিগুদা মরৈদা পাংথোকপসু য়াওই।  
শলগী মথোরী মনুদা ঘড় ঘড় লাওই, শজিক চাবা ডমদে,  
মথী-ময়ুং থিংবসু য়াই, করি করিগুদা শলগীদি মথী ফায়বসু  
য়াওই।

লাঙ্গিয়েঃ—শলগী নাতোল অমসুং ময়াদগী মনপ-মতিন  
য়ান্না তারবদি, মথোদা ঘড় ঘড় লাউনা খেরবদি, মঙক  
লুকথছনতা লৈরবদি মথাগী “হিদাকী মৈথু য়ৈহনবা” অসি  
তোবিগদবনি। “হিদাকী মৈথু য়ৈহনবা” অসি মথো পোহদগিসু

নন্তে । করিগুয়া লাস্টিন অমদা শবন মরু লুকথতুনতা লৈরবদি  
অমসু মনাতোন, মচিন্দা মনপ-মতিন লোককুয়া তারবদি  
“হিদাকী মৈথু য়ৈহনবা” অ’সি তৌবিরবদি যাম্বা কান্নৈ ।

হিদাকী মনিন-টমথু য়ৈহনবা ।

১। চকু অহনবা অমদা লশিং মরুনে, মাউরেন অথাবগী  
মবী অক’বনে হঙ্গাম মখোন্দ অক’বনে, কোনা মনাগী মকা  
অক’বনে কুপনা থুদেকতুনা হাপচিল্লগ অনাবা শল অতুগী  
মচিনগী (মমাইগী) মখাদা লৈবঙ শেল্লগা চফু অতু থাঙ্গতুনা  
মলুঙদগী হিদাকশি অতু চাকতুনা মৈথু কারকপা অতু অনাবা  
শব অতুগী মনাতোন ময় মমিৎন চ’বদ য়ৈহনগদবনি । মাসিদা  
শল অতুগী মনাতোন, ময়া, মমিৎনচ’বদগী ঈশিং তারকনি ।  
অমসু তৌরগা শলগী মকোক লুয়া অতু য়ালকনি । চফুদা  
য়াওবিবা হিদাকশিং অতুকাতুনা মৈ হৌরকবদি রাই হাপাচন্দুনা  
মুথৎকদবনি । অতুগী মতুদা মখাদা ইরিবা হিদাকশিং অসি  
পৌজগদবনি ।

২। কন্তুক মকুপ তোলা অনি শিংখা মকুপ তোলা অনি,  
চবোল /১০ সের মখাইদা য়ান্নতুনা পৌজগদবনি ।

৩। নোঃমদা ১২ নত্রগা ১৪ রক হন্ন পোম্বিবা মফম  
অতু ঈশিং অশাবনা ছীগা য়ৈরগা ফি অক’বনা নিংথিনা  
টার্পিন থাও তৈবিগদবনি । অতুগা উল নত্রগা শামতুগুয়া  
অশাবা ফিনা য়োমতুনা পুন্দুনা থঙ্গিগদবনি ।

৪। স্বর থিঃতুনা হোনবাঃ য়াশিল্লক্লোইদৌরবদি য়োৎ  
মতেক অমা মৈদা ডাঙহল্লগা পোম্বিবা মফম অহুদা ইকি  
অনিরোম লাপ্পা লাপ্পা মফম অহুম মরিদং নমতুনা দাগ লৈহল-  
লগা দাগাশঃ অহুদা টার্পিন থাও খরা খরা হাম্মিগদবনি।  
লাঙ্গেনা অসি নাবা শল অহুদি ঈশিঃ পীথকপগী মহৎতা চফু  
চবোন পীথকদনি।

৫। চবোন /দং পৌরা অহুমদা শিংখা মকুপ ছটাক  
মখাই, গোলমরিচ মকুপ তোলা অমা, কালৈ সের মখাই  
অমা য়ানশিন্দুনা পীথকবদি য়ান্না কাম্নৈ।

৬। শল নত্রগা ইরোইগী মঙক্কা ছুই অশিবগী শরু মচেৎ  
অমা পুনুনা থম্বিরবদি শল ইরোইগী লাজেনা অসি তৌবা  
ডম্বোই। অহুগা লাজেনা অসি তৌরবসু ছুইগী শরু অহু  
পুনশিনবিরবদি হিদাক তৌদ্রবসু লাজেনা অসি ফৈ।

মটের অমসুং মখোঙ নাবা লাজেনাগী লক্ষন  
অমসুং হিদাক।

শলগী মটের অমসুং মখোঙ নাবা হাইবা লাজেনা অসি  
ওম্বোকনা অরাবা অমনি মাসি শলগী ময়াদা, মটেরদা, মখোঙদা  
নাই। মাসি তৌরবদি হৌরকপগা মশা শাগৎলকই।  
লাঙ্গেনা অসি শল অমগী তৌরকপদা মথঃ মথঃ শল্পপ অহুদা  
শন্দোরকই।

লক্ষনঃ—লাঙ্গেনা অসিনা নাবা হৌরকপদা শল অহু কয়া

মপুদ লামদে, খরা তনবগুম তোই, অমসুং মরক মরক্তা মশা  
 অহ নীকই, অহুগী মতুংদা লাইহৌ ভোরকই (শাগংলি)।  
 মচিন্দা মতিল চোই। ময়া মমুংদা, মরৈদা, মখোঙদা হরাই  
 মঙ্গল মরু মরুম চাওনা ফুরি থোকই। থোটদোকদি মবৈদা  
 ফুরি অসি থোবকপা উই। মতুংদা মুশাগী মফম অতৈদা  
 থোরকই, মচিল অহ নাই ময়া উমশিন্দুনা লৈ। ফুরিগুম্বা  
 অহ পোকখাইরক্কা ফুরি অহ ও'ওনা উই। ফুরি পোখায়বা  
 অজুদা মতম অয়াসদা তীল চগলি। শলগী মখোঙ খুজিল  
 মরক্তা ফুরি অচোবা জাং অসি থোকতুনা পোকখায়রক্কা  
 মতম অজুদা শল অহ চংপা ওমদে।

নিংখিনা লাক্সিয়েংবিহৌদ্রবদি শল ১০০ দা শল ৫ দগী  
 ৫০ ফাওবা (শনবী অমসুং লাবা অচোবা) অজুগা শল ১০০ দা  
 ৫০ দগী ৮০ ফাওবা (শনাও) শিগালি।

### লাক্সিয়েং

১। লাক্সিনা অসিনা নারে হায়বা খঙবগা শল অহ  
 শঙ্কোন্দগী খরা লাপথোক্কা অরুবা অমসুং অক বা মফমদা  
 পুথোকতুনা থম্বিগদবনি। মশা শাহুনা মতু চুংলবদি কপূর  
 ৬০ সিকি অহুগী মরুম সোরা তোলা অমা (হুকান্দা ফংই)  
 কালৈ (মু। ছটাক অমা অমসুং ঈশিং /১০ সের মখায়দা  
 স্নানরগা পিথকদবনি।

২। ময়া মমুংদা ফুরি পোকখায়রবদি ফিটকিবি সিকি  
 মুশাগী মরুম ঈশিং অশাবা পোরা অনি মখাইদা হাপতুনা মুমিং

খুদিংগী অয়ুক্তা, জুমিৎ যুবদা, অমসুং জুমিদাংরাইদা মচিল মন্তুং চামথোকপিগদবনি।

৩। মথোঙদা খুজিল মরক্তা পাংসবদি ফিনাইল অমসুং ঈশিং খরগা য়াল্লছনা নোংমদা অছল্লক চাঙ্গিগদবনি। নিম মনা ফুৎতুনা চাঙ্গিরবসু ফৈ। মথোং নাবদা তৌল (হল) চঙলবদি, আলকাতরা শরুক মরি টার্পিন থাও শরুক অমা য়াল্লগা হাঙ্গিগদবনি। অহু নত্রগা ফেনাইল তোলা অমা, টার্পিন থাও তোলা মখাই অমা য়াল্লরগা হাঙ্গিরবসু ফৈ।

৪। শলগী মরৈ য়াল্লা নারবদি “চিতল মাছ” হায়বা ঙা অহুগী মকুগী উং নত্রগা খোংনাং বট পান্থীগী উকুগী উং অহু লৌরগা অপাংপা মফম অহুদা হাঙ্গিরগা মচিল অহু পুনশিন্দুনা পুং অনিরোম খঙ্গিরগা অগুক লৌথোকপিব অমুম তোনা জুমিৎ ৩'৪ নি ভৌবিরবসু মরৈ মচিল নাবা ফৈ।

উং লৌবা মরৈ দিঃ—চফু অমদা চিতল মাছ কোবা ঙা অহুগী মকু অহু নত্রগা খোংনাং বটকি উকু অহু কুপ্পা শুগাইছনা হাপলগা চফু মচিল অহুদা কেগামগুয়া মখুম অমা খুয়গা লৈরঙদা মৈ থারগা উং অহু লৌগদবনি।

### চিঙাংক !

অনাবা শলবু অনৌবা তিংথৌ নত্রগা অথোংপা শজিক পীজগদবনি। চবোন হুয়া হুয়া পীথকদবনি, চবোন্দা থুম খুয়া খরা হাপতুনা পীজবা ফৈ। অনাবা শলনা লেহা শজিক

অহু নাদবা শল অতৈদা পীজরোইদৌবনি, অমসুং মপুঙফান।  
 নাবা ফত্রিবা ফাওবা শনবী অহুগী মথোম চাবা, অমসুং  
 শনাওবুসু পীথক্লোইদৌবনি। শঙ্কোম অহু পীথকপদা শনাও  
 অহুসু লাজিনা অসি শোয়দনা ভোগনি।

ভীলনা নাবা লাজিনাগী লক্ষন অমসুং হিদাক।

শলগী ভীলনা নাবা লাজিনা অসি তৌরবদি থুনা লাজি-  
 য়েংবিহৌদ্রবদি থা খরনংগী মমুংদা শল অহু শিগলি।

লক্ষন ৪-লাজিনা অসিনা নারবদি শল অহু মপুক চাও-  
 থোক্লা উঠ, মশাগী মতু কেল্লি, মতু অহু ফোয়বদা য়াই,  
 মরক মরক্তা লোক থুঠ, ময়াঙ অসুম অসুম কংশিল্লকই। খুৎনা  
 মউন অহু গুপচিনুনা পায়রবদি মউনগী মখাদা বজ বজ  
 হায়গুয়া মখোল অমা থোকট, অমসুং মউন অহুগী মচু  
 অহুসু ওল্লকই উৎমানবা মচু ওইনা তৌরকই। লাজিনা অসি  
 তৌরগা শল অহুগী মমিৎ ময়েং তাই, ঈশিং য়ান্না খৌরাংগলি,  
 অমসুং মপুকসু লামগলি। মখদাংগী মখাদা পোম্বুগুম তৌই,  
 মখী পেৎনা পেৎনা ফায়, চাবদি চাট, তৌইগুমসুং নিঙথিনা  
 তুয়া (হজম) ওমদে। লক্ষন অসি তৌরকবদি শল অহু  
 মখী পেৎনা পেৎনা ফায়তুনা মতম খরগী মমুংদা শি।

লাজিয়েং ৪—

১। চম্পু। মনা খরা, হিদাকফু মহীগা নিঙথিনা ভক-  
 খাইতুনা লুংগী তেজোৎ অমদা হিদাকফু মহী খরগা নোটখাইতুনা

যাওয়া। ধূম ছোটক অমর্যয় স্থানশিখরগা চুম্বধোকড়না পৌরা  
অমর্যয় অনাঙ্গমুক রায়। নিতিগী পৌরকরবনি। অমর্যয় ভোনা  
মুমিৎ ৩।৪ নি নত্রগা চম্বোৎ মর্যয় পৌরকপদ। ভৌল পুত্রমক  
শিগনি।

২। ধূম ভোনা অমা হিলাকস ৬০ অনাগী  
মর্যয়গা মর্যয়গা লক্ষ মনাদ। মোমচনা নিতিগী অবিকক  
পৌরকবস্তু ভৌল পুত্রমক শিগনি।

শলবু লমছই নত্রগা ছই অঙাওবনা চিকপগী  
ছিলাক।

ছই অঙাওবা নত্রগা লমছইনা চীকগা নত্রগা মোমচবদি  
মহাকি মহ অহ শল অমর্যয় চম্বোৎ।

লক্ষনঃ—শল অহ ইকিং কিংই মর্যয় মনা ইথক পকই,  
কেশিং উরগা কিগলি অহগা শি।

লাইসেন্সঃ।

১। ইকিং অশানা ১।০ পৌরা অমর্যয় কিতকিগি ভোনা  
মর্যয়গা মর্যয়গা মর্যয়গী লেকু কহুগ ছোটক মখাই মর্যয়গা  
মর্যয়গা পৌরকরবনি। অমর্যয় ভোনা অমর্যয় নত্রগা ছই  
অঙাওবনা চীকপগী হু চৈ।

শলগী মচা পোকপা চিংনবগী ছিদাক।

শল অমর্যয় ইরোই হারবসি বা অর্যয় গর্ত পুত্রগা মচা  
পোকই। মচা পোকপা মচম ইরগা নাওরক মর্যয়গা



অমুক কুল্লি অমুক হোগংলি অসিনচিংব! মচা পোকপগী হোনবি  
ভৌতুনসু মচা অহু পোকতুন। শনবী অহু সান্না হারবদি  
মখাগী হিদাক অসি হেক পীজবদ। মচা পোকথোরকনি।

হিদাক।

১। ঘোল পৌরা অমা [শঙ্কোম খোংগাগী (অফস্বা)  
মতুম অহু ঈশিং খরগা হাপ্পগা সাকাবী খাতুন। নৈখাইবগী মহী  
অহুবু ঘোল কোই] মেক্রুক মকুপ ছটাদ অমা মখাইগা সান্ন-  
তুন। পীজবদি সান্না থুনা মচা পোকথোরকনি।

শলগী নাওফম চিংনবগী হিদাক।

শল শনবীনা মচা পোকগা নাওফম চিংনবদি মখাগী  
হিদাকশিং অসি ভৌবিরগা থুনা তাগনি।

১। খোমড্রোকপিগী পাহী অহু শুগাইরগা পীজববসু  
নাওফম তাই।

২। কাঁজি মহি পৌরা মখাই অমা (কাঁজি হারবদি  
অঙনফোঁগী চাক সের তরানিখোই মখাই ঈশিং সের ৬৪ দা  
ভৌতুন। মখুম খুমতুন। হুমিং ৭ নি থল্লগা চুমখোকতুন। পন্থা  
অহুবু বৈদা শাক্তদা কাঁজি কোই। মাসি ফংড্রগা হাওগী খাজি  
হারবতুন। সান্নগনি) কালৈ (য়) পৌরা মখাইগা সান্নতুন। পিথল্ল-  
বসু কৈ।

শলগী মমিং ডৌদোং টৈবগী হিদাক।

১। নোংথং পাহি অচুয়া মচা অমা সান্নগা ডৌদোং

থুংলিবা শল অহুগী মমৈ মৈরুংদগী মমিৎ অহু কাওবা  
তল্লগা মমিৎ মপা চানা থুদেব্বগা ঈশিংদা তীঙহুনা থল্লগা  
মতম থরা লৈরগা নোংখং অহু পুমহুনা মকু হুবা মতম অহুদা  
ভৌদোং অহুশু ফরকই।

২। শেংহাং মথী অকংবা অহু য়ায়া কুপ্পা তকখাইরগা  
উতোংগুয়া অমদা হাপতুনা ভৌদোং লৈবা মমিৎ অহুদা  
কামশিলবিরবদি শনগী মমিৎ ভৌদোং লৈবা ফৈ। নত্রগা  
থুম মহি থরা থরা মমিৎতা কামশিলবশু ফৈ।

মচা পোকপদা হকচাংগী ফীভম থরা কামশিবগী  
হিদাক।

শনবীগী মচা পোকপা মতমদা হকচাংগী (প্রসবদ্বারা) ফীভম  
থরা কাইশ্ববদি মথাগী হিদাকশিং অসি ভৌবিরগা থুনা ফগনি।

১। চনম ৪।৫ দং যুবী থাও ছটাক অমদা নিংখিনা  
থোংলগা শোকইবা মফম অহুদা মুমিৎ ২।৩ নিদং নিতিগী  
অহুয়ক থোপিরবদি ফৈ।

মচা পোকপা মতুংদা লাইহৌ অমশুং খোমদা  
ভৌবগী হিদাক।

মচা পোকপা মতুংদা মশা নিক্কা নিক্কা লাইহৌগুয়া ভৌরবদি  
মাছুবু খোমদা (ছক্কাভর নত্রগা স্মৃতিকারোগ) কোই।

১। মসি ভৌরবদি কালৈ (যু) পৌরা মথাই অমমম  
নিতিগী পিথল্লগা ফৈ।

মদেখাম স্নান্না থোকপা শনবীগী বন্ধন :

লক্ষনঃ—মণ্ডক থবা পিকপা, ষ্টো থবা থোইত্তর থিকলগা  
পানবা, মণ্ডক নক্সা মমাংগী মথোংনা থবা চাওনা, মমিং থবা  
লুৎগুম তোবা, মশাগী মতু থবা শাংলগুম তোবা জমসুং কতু  
য়ান্না কুমা, মশা চাওনা, মথোম থোমজির থবা কুমনা ডাবা,  
অসিগুমা শনবীনা থবা জিরগা মচা পোক্তবসি জোমসুং যান্না  
থোকই ।

মচা ওয়া নক্সা কুমনা পোক্তপা, জোমজির থুনা, মথোম  
পিকপা অসিগুমা শনবী, অতুগা য়েবদা শল লাবগুনা উবা  
চাওবা, মাসিগুমা শনবীদি মথোম থোক্তে । চিজাক অমসুং  
শজিক নিংথিনা পীজরগা মথংগী পোকলকপা মচা অতুদা মথোম  
থবা স্নান্না থোকপাসু য়াঙই ।

শাকবীগী মদেখাম স্নান্না থোকপা উপাস :

শজিক লক্ষণা চামক্ষা চিজাক যান্না পীজরগা শনবীগী  
মথোম যান্না থোকই হারথলি মী পুরমরা থনরিবসি,  
তোইগুমসুং করম করহা পোংনা যান্না পীজবা হোমকলে,  
শনবীনা কুমা ওয়া যান্না শাংলে, কুমা পোং যান্না  
পীজরগা মথোম যান্না থোকপাসু জালি কনাসু থনদে ।  
থোইগী, কক, কক, কক ইত্যাদি কুমা যান্না পীজরগা মথোম স্নান্না  
থোকপা নক্সা : শজিক থোকপা যান্না পীজরগা মথোম স্নান্না  
থোকই ।

মুম্বাঙ্গী অরেপা মতম অবস্থান : মুম্বাঙ্গী - কক

অমসুং শক্কেয়গুহা নিপা অতুতনা মীশক ওন্দনা নিতিগী গুন্নগা  
শক্কেয় মথোম থোকই । মীশক ওন্দা ওন্দা নত্রগা মতম নাইদনা  
শক্কেয় গুহা, অতুগা শক্কেয় গুহা মতমদা মকম অতুদা মীশক  
খংদবা অতোপ্পা মী, শল লাবা, শগোল, হুইনচিংদা লাক্ষবসু  
শক্কেয় থোকৈ ।

### চীজ্জাক :

১। মচা পোকপা মতুদা পক্ষ (খায়ায়) অমতং খোংহুম  
অমসুং চেংগা যান্না ফুংতুনা পীজরবদি শক্কেয় যান্না থোকই ।

২। থান্নাগা, থোইদিং অমুবা /১০ পৌরা অমগা নিতিগী  
চয়েল অমরুমদং পীজরবদি শক্কেয় যান্না থোকই ।

৩। মুমিং খুদিংগী কাছারি হরাই তীডহনা পীজরবসু  
শক্কেয় থোকই ।

৪। প্যাখোন য়হৈ মকুপ (যোয়ান) ছটাক মখাই অমগা  
চিনি (গুড়) ছটাক মখায়গা, রাগী রানা ঈশিংদা ফুংলগা  
য়ানশিন্দুনা পীজরবদি শক্কেয় যান্না থোকই ।

৫। থুম ছটাক অমা, চিনি (গুড়) /১০ অমা, উচিখি  
মকুপ ভোলা অমা শগোল হরাই মকুপ সের মখাই অমগা,  
চবোন সের মখাইগা নত্রগা ঈশিং অখাবগা যান্নয়গা মুমিং  
খুদিংগী য়াচঙবগী মতমদা পীজরবদি শক্কেয় যান্না থোকই ।  
য়ান্নিগা লোয়ননা চবোনগা ঈশিং অখাবগা যান্না পীথক্কেবনি ।  
অতুয় তৌরবদি শক্কেয় যান্না থোকনি । ঈশিং এইডরদি  
কুর্কোইডেবসু পীথক্কেইদৌবনি । হাম্মরিবা চীজ্জাক্খিঃ অসি

নত্রগা শজীক পীজবসু চাং নাইনা অমসুং মতম নাইনা  
পীজগদবনি। নোংমনা ঋজিক্তং পীজবা নোংমনা য়ান্না পীজবা  
নোংমনা নিতিগী পীজবগী মতমদগী পুঙ অনি হান্না পীজবা  
নোংমনা পুঙ অনি কোন্ন পীজবা ফন্তে।

৬। হুমিৎ খুদিংগী হুমিৎ য়বদা চানা হরাইগী ছতু  
পৌরা অমগা চিনি (গুড়) পৌরা মখাইগা ঈশিং সের অনিদা  
য়ান্দুনা পীজবসু শঙ্গোম য়ান্না থোকই।

৭। ডাভিনগী (কুহিত মৎসো) খাও অছ (ডাভিন  
হায়বা ডা অছগী মথিবোঙ অছ কৈথেন্দা হুমশিংনা ডা লেল্লগা  
তোডান্নসু য়োমৈ) কবিগুংহা মসলা, থুম্‌চি বা য়াওদনা মৈদা  
ভৌবগা শরুক অহুম থোকা খায়দোকগা নিতিগী অয়ুকা শরুক  
অমমম্‌লা অনৌবদা য়োল্লগ হুমিৎ হুমনি পীজগদবনি, অমসুং  
হিদাক অসি পীজবা হুমিৎ অতুদগী হুমিৎ ২১ নি ফাওবা  
নিতিগী হুমিৎ য়ংবা মতমদা শনবী অতুবু তুরেন্দা নত্রগা  
পুং গুংদা পুথছনা চাং নাইনা ঈকুবিগদবনি।

হীদাক অসি হুমিৎ হুমনি অশুন্না পীজবদা শনবী অছ  
হান্নদগী মপুক লাসা য়ান্না হেনগনি। শনবীছনা চানিংলিবা  
মথে শজিক অশংবা পীজগদবনি। তৌইগুংহা চক্ক অকংব-  
নচিংবা অকংবা শজিক পীজদনা অণবা শজিক মহী লাওবা  
চিঞ্জাক পীজগদবনি। চেংহী, হরাই চাহুগী মহী নত্রগা চবোন  
অমসুং চেং পৌরা অমকুমগা শংগোল হরাই পৌরা অমকুমগা  
নিঙথিনা ফুংলগা থুম ছটাক অমগা য়ান্নছনা অয়ুকা অমসুং

য়াচঙবদ। অমুক পীজগদবনি। মুমিং য়ংবা অমশুং মুমদাংদা  
অমুক শজিক অশংবা পীজগদবনি। হায়রিবা মতম অসি  
নহুনা। অতাগ্না মতমদা কবিগুহা চানবা পীরেইদৌবনি।

অমুম তৌনা মুমিং হুমনি হিদাক পীজবা, মুমিং ২১ নি  
ইরুজবিগদবনি তোইগুহা চানবা চোজাকশিং অসিশু শদোম  
য়ান্না থোকত্রিবা ফাওবা নিয়ম অসি কায়দনা পীজগদবনি।  
হীদাক অসি পীজরবদি শনবী অহুগী মশাদা লৈবহা লাঈনা  
পুন্নমক কোকই। অমশুং শনবী অহুশু মপাঙ্গল কল্লি য়ান্না  
নোয় পেল্লি।

শলবু লিন্না চিকপা ফনবা হিদাক।

শলবু লিন্না চিকবদি করিগুহা ছ চারুহুনা তোবা খুদম  
অহুগুনা তোই। স্বর হোনবদা ঙংই, অমশুং মশাদা নানবদা  
মতু চুংই অহুগা মথোঙগী শি লিশিং অহুশু খরা পোমথৎলি।

লাঈয়েং—

১। ময়াং লেন্সুমগী মনা মহি ॥০ সের মথাই মরুমদং  
পীজবদি শলগী মশাগী ছ অহু চমই। মীগীশু লিন্না চিকগা  
হিদাক অসি য়ান্না কাঈ।

২। হৈনিংগী মকু তোলা ৪।৫ দং পীজরবশু ছ চমই।

৩ কোম্প্রেক তাওথ্ৰাগী (কলমীশাক) মরী অশাংবা অমনা  
লিন্না চীকথিবা শল অহুগী মচিন্দগী মমৈ মৈতোল ফাওবা  
শাংনা তন্নগা কোম্প্রেক মরী অহু পীজরবশু লিনগী ছ অহু  
পুংচম চমই।

মখোম পোকখায়ত্বা ফনবা হিদাক।

শনবীগী মখোম পোকখায়ত্বনা নাবসি যান্না নাগল্লি।  
পোকখায়ত্বনা নাবিবা মখোম অহু শুম্বশু নাহুনা যাদে শুম্ববশু  
পাৎথোকপা হেল্লি। শকোম ইসুম শুম্বিববশু খোমজিন ফুনজিল্লি  
টীকপা নাবশু হেল্লকই মখোমদা পোমখৎলকই।

১। নিতিগী অযুক্কা অমশুং যাচড়বদা লুশু লুশু শাবা  
ঈশি না হীগা য়েত্বনা মুমিং ৩। ৪ নিদং মাখন নত্রগা শকোম  
অফশ্বগী ম্পান, ঘী তৈবিরবদি ফৈ।

২। খোমজিন অহু যান্না চাওনা পোকখায়ত্বনা যান্না  
পাৎথোকবদি নত্রগা নাই থোকবদি নিম মনা ফুৎলগা মহী  
অশ্বায়া অহুনঃ নোংমদা ৪। ৫ বক চাশ্বিরগা ফিটকিরি ৬০  
অনাগী মকম, ঘী ছটাক জমা খোইক ১/২ ( শরুক অনি  
থোকপগী অমা) ছটাক মখাই অমগা সফেদা (তুকানদা ফংই)  
চংনিং ৬ কী মরুমগা যান্নত্বনা শেখা মলম অহু তৈরবদি  
মখোম নাবা ফৈ।

মলম অশেষমঃ—অহানবা ঘী অমশুং খোইক অহু  
তোঙান তোঙানবা পাত্রদা শৌদোকহল্লগা শুনঞ্জিল্লখদবনি,  
অহুদগী ফিটকিরি সফেদা অহু যান্নশিল্লুনা জেমগদবনি।  
হিদাক অসি শুঙগী পাত্রগ্রাখা জেমগদবনি। পিখাই, কোম্বীগী  
শেঞ্জেগী পাত্রদা থম্বা কস্তে।

শনবীগী মখেম লিন্না চীতুনবা হীদাক।

১। জবাকুম্ম অঙোবগী মশা অমা অমশুং হৈ থাগোকা  
মশা অমগা পূম্মা পুনশিল্লগা শলগী শঙ্কোনগী মায়কৈ মরিছদা  
কুমছনা থস্বীরবদি শঙ্কোন অছদা লিন চঙলোই, শনবীগী  
শঙ্কোমশু থকপা ওম্মরোই। জবাকুম্ম অঙোবগী মরা অমশুং  
হৈথাগোক পাস্বীগী মরা লোরগা অনি অহ পূম্মা শঙ্কোনগী  
শঙজি মরিদা য়ান্দুনা থম্মবশু শঙ্কোন অছদা লিন চংলোয়।  
হায়রিবা হিদাক অনি অসি মীনা লৈবা মুমদা তৌরবশু লিন  
চংবা ওম্মায়।

২। কার্বলিক এসিড লিক্সা অনি, যুবী থাও লিক্সা  
হাপুনা য়াম্মরগা য়াচঙবদা শনবীগী মখেমদা তৈতুনা থস্বীরবদি  
লিন্না শঙ্কোম থকপা ওম্মদে।

শলগী লেংলাই ফনবা হীদাক।

শলগী লেংলাই থুঙবা হায়বসি মরেঙদা থুঙই। করিগুম্মা থজিস্তং  
ছদোক খোংতোকপদগী হাকচরক্সগা শলনা উপাল রাপাল-  
নচিংবদা তকতুনা পাকথোরকই। করিগুম্মদশু কাকনা হনবদগীশু  
চাওথোরকই।

লাজ্জিয়ে--

১। ফিনাটল নজ্জগা কেগোসিন থাও তৈবিরবশু লেংলাই  
কৈ।

২। মুজাশম্ম তোলা মখাই অমগা (ছকাম্মা কই)



হিদাকমনা (ময়াঃমনা—মতিহার) অয়্যাকপা মকুপ ১০ ছটাক  
অমগা হজ্জাম থাওদা নৈখাইরগা মুমিৎ ৫। ৬ নিদং তৈবিরবসু  
লেংলাই ফৈ।

৩। হিদাকমনা (ময়াঃমনা) অয়্যাকপা জাৎ অহু ঈশিংদা  
তীঙলগা মহী অহু মৈদা অমুক লোল্লগা খরা নঙশিল্লকুবা  
মতমদা থাংখরগা হজ্জাম থাও অশেংবগা য়ান্নহুনা তৈরবসু  
লেংলাই ফৈ।

মৈনা পোকপা ফনবা হিদাক।

১। শলগী মশাদা করিগুহা মফমদা মৈনা পোকথুবদি  
খুদক অহুমকুদা লফু পান্ধীগী অপুহা মকু (লেমফু) অহু তকতুনা  
থোশ্বিরবদি মৈনা পোকপা অহুগী শাবা অহুসু ফৈ, পাংথোতুনা  
কুইনা লৈবসু তোরোই।

২। মৈন' হেক পোকপগা গুহু তীঙবগী মহীগা যুবী  
থাওগা চাংদম মান্ননা য়ান্নরগা মোয়থাপ লুপতুনা মৈনা পোকপা  
মফমহুদা থোশ্বীরগা ফী অমোনবনা পুন্দুনা থম্বীগদবনি  
শোকপা মফম অহু পুমফৎ ফৎত্রিব; কাওবা অমুনা থোশ্বীগ-  
দবনি।

শলগী মচী তেকপা ফনবা হিদাক।

১। শলগী মচী তেকুবদি লৈরঙ মনুঙগী উৎ অহু ফীজ্জেনা  
অতেকপা মফম অহু য়োমহুনা থম্ববসু ফৈ। অসি নত্রগা  
ফীজ্জেন্তা আলকাতরা তৈহুনা পুনবীরবসু ফৈ।

## শলবু করিগুহা থেং-খোংপা চৈনাখোলগী হিদাক।

১। শলগী মশাদা করিগুহা থেং-খোংতুনা চৈনাখোল  
য়ান্না ফংলবদি লুপা হিদাকা নিশাধর (নিশাদল) গা চাং  
মাম্ননা য়ান্নরগা ঈশিংদা নৈখায়রগা চৈনাখোল লৈরিবা মফম  
অহুদা থোমহুনা থল্লবদি য়ান্না থুনা ফৈ।

অফবা অমসুং ফভুবা শনবীগী লক্ষন।

অফবা শনবীগী লক্ষন:—মরৈ অমসুং নাখোঙগী মচু  
ঙাঙবা, মকোক পীকলপ তোঁবা, মনাদি থরা পীকগা কাংলপ  
তোঁবা, মপুক থরা পাকপা, খোমজিন থরা শাঙবা মচিন  
তুমলপ তোঁবা, মমিং ঙাঙলপ তোঁবা, ময়া ৬ নত্রগা ৯  
পানবা, মতু কুপ্পা, শাংবা, অমসুং খুজীল ঙাঙলৈনবা ইরং-  
লংবা, মপুক চোল্লপ তোঁব, অহুগুহা শনবী অহু লৈরবদি য়ুম্বু  
অহুগী মঙ্গল ওই।

ফভুবা শনবীগী লক্ষন:—গাধাগী মচু মানবা শনবী  
মশা চাঙবা, অমসুং ময়াঙ কংবা, ময়াগী মশাং ৪ নত্রগা ৭  
নত্রগা ১০ পানবা, মচীল অমসুং মকোক শাংতক তোঁবা,  
মনাতোল পাকপা, মচী চাঙবা, অথকপা শনবীশিং অহুদি  
অফবা নন্তে।

করম করম্বা শনবীগী শঙ্কোয়ান্না হকচাং ফবগে?

১। মশা নোয়বা, মপাজল কনবা, কোয়না চংতুনা চাবা  
ঙহা, অমুবী নত্রগা অঙাঙবী মচুগী শনবীগী শঙ্কোম চারগা

হকচাংদা কান্নে । হনুবী, মচা য়ান্না নোরিবা, নত্রগা মচা  
শীথ্রবা শনবীগী মথোম চাবা ফন্তে ।

২ । মপী অমসুং মচাগী মচু মাম্ববা অছুগুয়া শনবীগী  
মথাম চাবদি হকচাংদা কান্নে । মচা পোকপা মুমিৎ ১৫  
নিগী মমুংদা শঙ্কোম শুয়া অমসুং চাবা ফন্তে ।

৩ । মশা মমুঙ শেঙদবা অশোনবা শনবীগী মথোম চাবদি  
হকচাং ফন্তে । মশাদা গর্ভ লৈবা থা অছম শুথ্রবা শনবীগী  
মথোম চাবা হোনদে ।

শলগী শঙ্কোল শানবা নিয়ম ।

লম খরা অতোঙবা মফমদা শঙ্কোল শাবা হোঁনৈ । লৈনবা  
মুমদগী য়ান্না লাপথোকুনা শঙ্কোল শাগদবনি । মুংশা অমসুং  
মুংশিং নিডথীন ফংবা মফম অছুগা মনম নমথি হঙাই লৈতবা  
মফমদা অরাং নত্রগা নোংপোক ওয়া শঙ্কোল শাগদবনি ।  
শঙ্কোলদগী খুত্প ১৫০ লাগ্না শস্থী ছন্দোকদবনি । মুমিৎ  
খুদিঙগী সক্ষাগী মতমদা শঙ্কোন্দা ধুপ, থাঙমৈ থাবিগদবনি ।  
শঙ্কোল মমুঙদা লৈকুৎ কোঙ্গুৎ লৈহল্লোইদৌবনি । শঙ্কোল  
ময়ায়না ভোংতক ভৌনা থস্থীগদবনি, মথী ময়ুঙ চেস্থনবা মরম  
শেস্থীগদবনি । কালেন অমসুং নোংজু থাদা কাঙনা চীকুনবা  
ভৌবিগদবনি । অমুম ভৌরবদি শলগী মশা ফনা লৈ ।

শঙ্কোম কুইনা থস্থা সানবা (ওনহন্দনবা) উপান্ন ।

১ । শঙ্কোমদা ঈশিং ঋজিক্তঃ সানশীলগা মৈদি কলহন্দনা

কাবক কাবক ভৌতন। থল্লবদি পুঙ ২৪ কাওবা শঙ্কোমে ওন্দে ।

২। বোরাসিক এসিড (Boric Acid) ডাক্তর থানা নত্ৰা ডাক্তরগী হীদাক য়ে নবা ছকান্দ। (কার্ফাসিদা) ফংগনি। কোবা ডাক্তরগী হীদাক অহু য়ায়া কুপ্পা তকথাইরগা মকুপ খজ্জিক শঙ্কোমদা নৈখাইরগা থল্লবদি মুমিৎ নিনি ছমনি কাওবা শঙ্কোম ফমদে, ফন্তবসু তৌদে অহুগা শঙ্কোমগী মগুন মহাওসু মাঙদে ।

শঙ্কোম ঈশি য়ানবা য়ান্দবা খঙনবা উপায়।

শঙ্কোমদা ঈশি য়াল্লবদি শঙ্কোমগী মগুন অমসুং অক্লমসু ময়েং তাই অহুগা শঙ্কোম অহু ঈলাঙ লাঙনসু উই। মখাদা ইরবা অসুয়া য়েংগা শঙ্কোম ঈশি য়াল্লি য়ান্দবনি হায়বা খঙবা ওমগনি ।

১। শঙ্কোমদা য়েতুম অমা লুপশিল্লগা থাঙ্গংপদা য়েতুম মচীন অহুদা শঙ্কোম থরা পক্ৰবদি শঙ্কোম অহু ঈশি য়ান্দবনি হায়বা খঙই। অহুগা য়েতুম মচীন অহুদা শঙ্কোম করিমতা পক্ৰবদি ঈশি য়ানবা শঙ্কোমনি হায়বা খঙই।

২। লিল্লিগী গ্লাস অমদা শঙ্কোম থরা হৈরগা য়েংবদা গ্লাসগী অতোপ্পা নাকল অহু শঙ্কোম মরক্তা য়েঙবদা উজ্জবা শঙ্কোমগী অঙৌবহু ওইনা উরবা অমসুং গ্লাসগী মনিঙদা শঙ্কোম কমজিনবগুননা ( তলানি ) উজ্জবা অহু ওইয়বদি শঙ্কোম

অত্ৰ অফবা ঈশিং সান্দবনি হায়না খঙনগনি ।

হৌজিক্তি ইংলণ্ডগী খুংলাই জাৎ অমা লাক্টোমিটার মাছগী মমিংদি  
“ল্যাক্টোমিটার” (Lactometer) কোই । মাছনা ইলায়  
‘লায়না শঙ্কোম পরীক্ষা তোঁবা য়াই ।

শনবীগী শঙ্কোম শুন্মাইদৌবা অমসুং ফন্তবা  
শঙ্কোম ।

শঙ্কোম শুয়া শনবীগী গৰ্ত পুবা থা মঙা শুয়ক্ৰবদি শঙ্কোম  
শুয়া অমসুং শঙ্কোম অত্ৰ চাবা ফন্তে । মচা পোকপা নৌরিবা  
শনবীদি তুমিৎ তরানি ফাওবা মাংই, তুমিৎ তরানি অত্ৰ  
‘শঙ্কোম শুয়া তমসুং শঙ্কোম অত্ৰ চাবা হৌনদে । তুমিৎ  
তরানি অত্ৰ শঙ্কোম পুয়মক মচাবু থকহনগদবনি । মশা ফন্তবা  
অশোনবা শনবীদি থা অমা ফাওবা শঙ্কোম শুমলোইদৌবনি ।  
উঙা, লাবন অমসুং পোইমু অত্ৰগা পূৰ্ণিমা তুমিৎতা শঙ্কোম  
শুয়া হৌনদে ।

লাক্টোমিটার অমসুং হীলোকী চাংদম ।

অহানবদি অনাবা মশক খঙবা (রোগনির্গয়) ঙমদ্রবদি  
লাক্টোমিটার ফফম থোক্তে । করি করি মরমদগী নত্রগা করম  
করম্বা লাক্টোমিটার শল অত্ৰ সান্না বারিবগে অমসু নারিবগে,  
লাক্টোমিটার অত্ৰনা থরা কুইনা নারবদি শল অত্ৰ শিবা সান্না  
মাছগী লাক্টোমিটার হান্না য়েংবিগদবনি । মতম অমত্ৰ

অনাবা মওঃ অনি অহুম তৌরকপা যাই । মুন্না  
নিংথিনা খঙবা ডমদ্রবদি মী অঠৈ অঠৈগা মুন্না তাম্বতুনা  
হীদাক ভৌবিগদবনি ।

করিগুন্না লাজিনা অমগী হীদাক শেম্বদা হীদাক মরম,  
পোৎশক অহুম মরি চঙই, তৌইগুন্নাঃ হীদাক মরম অমদি  
ফংদ্রবা অহু ওইরবদি অঠৈবা হীদাক অতুনা শেমতুনা পীজ-  
গদবনি । হীদাক মরম মরিনা শেমগদবা হীদাক অতুদা  
মরম অনি অমা ফংবা, মরম অনি অমা ফংবা ডমদ্রবনু  
অফংবা মরম অনি অতুনা শেমতুনা পিত্তরবনু অনাবা অহু  
খরা ফবা যাই ।

লাইরিক অসিদা ইরিবা হীদাকী চাংদম অসি বয়স মপুঙ  
ফারবা অমসুং মপাঙ্গল কনবা শলশিংগীদমক্কি । শলগী বয়স  
অমসুং মপাঙ্গল কনবা শোনবনচিংবা মুন্না য়েলগা হীদাককী  
চাংদম শেমগদবনি । চহি য়ামত্রিবা অমসুং মপাঙ্গল শোন্না  
শলগী হীদাকী চাংদম হম্বনা শেমগদবনি । থা ৬ গুরবা  
শনাওদগী চহি অমা ফারবা শনাও ফাওবা ইরিবা  
হীদাকশিং অসিগী  $5/8$  (শরুক মরিগী শরুক অমা) পীজগদবনি ।  
চহি অমদগী চহি অহুম গুবা শল ফাওবনা  $1/2$  (শরুক অনিগী  
শরুক অমা) পীজগদবনি । অতুদগী অহেনবা শলশিং অতুগীদি  
মশা য়ান্না শোনবা নত্রবদি লাইরিক্তা ইরিবা হীদাকি চাংদম  
অসি পীজগদবনি । আফিং পীজবা ত্রাবদি মুন্না খল্লগা  
খরা চোকশিন্না পীজগদবনি ।

## অনিষ্টবা পন্দুপ

ইরোইগী লাজিয়েং ।

ইরোই কল্পনবা নিয়ম ।

শামুক্তি মতম অয়াস্বা পুন্দুনা থয়ে ইরোইবুদি অহুংগা  
পুন্দুনা থম্বোইদৌবনি । পুন্দুনা ভাঙা থল্লবদি ইরোইদি  
নারকপা য়াই । ইরোই হায়বা জাং অসিনা ঈশিং য়ায়া  
পামই, ঈশিংদা লৈরগা মশা নাদে, অমসুং হরাওজৈ । নিংথো-  
থোংলি থরা থরা নিতিগী পীজরবদি ইরোইগী করিগুয়া  
লাইনানা নারকনি হায়বগী চিনফম লৈতে । মাসিনা মথোয়গী  
মশা কলি অমসুং নোয়পেল্লি ।

মপুক কংখৎপগী হীদাক ।

খুদমঃ—অনাবা অসি তোরকবদি ইরোই অহু মকোক  
চুয়া পুবা রাই, গোঁ গোঁ হায়বা শব্দ থোকই, স্বর হোনবদা  
রাই, মশা অহু থরা গুপচিনবগুম তোই, মপুক ওইথংবগী মতুং  
থংবা শরুন্ অহু থরা কংখৎলি ।

নাবগী মরমঃ—চাবগী নিয়ম কায়বদগী অনাবা অসি  
পোকই, মতম থরা থরা রাংনা চারগা নোংজু থাগী  
অহানবা শরুত্তা চাংদম য়ায়া চারবদি লাইনা অসি পোকপা  
য়াই । মুশিং ফন্তবদগী (কাবদগী) চাকথাওঁসু কঁংৎলংকপা  
য়াই । মখাদা মাছুগী লাজিয়েং ইরি ।

১। কদম মনাগী মহী /১০ পৌরা অমগা খোমদ্রোকপৌগী  
মহী ছটাক অমগা য়ান্ধুনা পৌধুবদি ইরোই মথী, ময়ুং  
হান্দোকই ফায়দোকউ মরম অছনা মপুক কংবা ফৈ।

২। অরিবা চিনি (গুড়) /১০ পৌরা অমা, য়াইঙ অশঙবা  
/১০ পৌরা মখাইগা পৌধুবমু ফৈ।

চীঞ্জাকঃ— মুম্বিৎ ৩।৪ নি শক্তিক অনৌবা খরা খরা  
পৌধুবদি।

ইরোইগী মপুক খিনবগী হীদাক।

ইরোইগী মপুক নাবা নহগা খিলবদি ডাইহাক লৈতনা ময়ুং  
হাল্লি, মথী নিংখিনা ফায়দে ; অহগা করি করিগুয়া ইরোইনা  
ময়ুং পু থিং থিংই। রাছনা মখোঙ ভিংখোকছনা কুল্লি অমমুং  
কাওই ; হৌগংপা ওমশিল্লক্কে।

১। কদম মনাগী মহী /১০ পৌরা অমগা, য়েনখিন মনা  
ভোলা অমগা, চিনি (গুড়) অরিবা ছটাক অমগা য়ান্ধুনা  
পৌধুবদি ইরোইগী মপুক খিনবা ফৈ।

ইরোইগী জেভান ফান্ধবগী হীদাক।

ইরোইগী মপুক নাবা লাঙ্গীনা অসি থুনা ফহুজবদি মৈদা  
এল ইরোইগী জেভাল ফায়গল্লি। ইরোই মচাগীদি লাঙ্গীনা অসি  
য়ান্ধা ভৌগল্লি। ইরোই মচানা মজোম য়ান্ধা থকমল্লগা লাঙ্গীনা  
অসি ভৌই।

অনুসংঃ—লাঙ্গীনা অসি ভৌবদি ইরোই অহু কুন্দুনা লৈ,  
হৌগংপা ওমশিল্লক্কে। মনম পোল্লি, মথী কান্ধবা মভমলা



য়ান্না শই, মপুক নাই, মমিং কুংলি, নোংমা নোংমগী ময়াঙ  
কংশিল্লকই। নাবা হোরকপদা মথাগী হীদাকশিং অসি  
ভৌবিগদবনি।

### হীদাক—

১। আযিং ১০ চনি তরা নিথোই, খড়িমাটি মকুপ ১০  
পৌরা মথাই অমগা সফেদা ছটাক অমা (তুকান্দা কংই)  
অসি পুনশিল্লগা অহম থোকা য়েল্লগা লুমিং খুদিংগী অয়ুক্কা  
লুমিং যু বদা, হাচঙবদা পীজগদবনি। মতুংগী লুমিংতগী হৌনা  
লুমিং তরেংনি ফাওবা নিতিগী অমুক অমুক্কা পীজরগমু লাজিনা  
অসি ফৈ।

অসিগুম্বা লাজিনানা নাবগী তুদা ময়াং কংবা অমমুং  
শোল্লবদি মথাগী হীদাক অসি পীজগদবনি।

২। গোলমবিচ মকুপ ১৥০ তোলা অমা মথাই, পাখোম  
মকুপ তোলা, অমা মথাই, শিংখা মকুপ তোলা অমা  
মথাই, শাবল মরিখা মকুপ তোলা অমা মথাই, থুম তোলা  
অমা মথাই, চিনি (গুড়) ১০ পৌরা মথাইগা, ময়াম অসি  
য়ান্না তুন্না তকখায়রগ লুম্বু শাবা চবোন্দা হাপতুনা পীজগদ-  
বনি। চয়েল অমা অমুম্ব পীজরবদি মশা ফৈ।

চীজ্জাকঃ--খাওখি নত্রগা চেংকুপ পীজরোইদৌবনি, শজীক  
ভনৌবা ফৈ।

ইরোইগী খেং-খেংপা টেচনাখালগী হীদাক।

ইরোইগী মশাদ, করিগুম্বা খেং-খেংপনচিংবা টেচনাখালগী  
অনাবা ভৌরবদিঃ—

১। নিশাদল (নিশাদর তুকান্দা ফংই) ছটাক মখাই অমা, সোরা ছটাক মখাই অমা, টার্পিন থাও ছটাক অমগা য়ান্নদনা নৈখায়রগা তৈবিগদবনি। চয়োল অমগী মম্বংদা ফগনি।

ইরোইগী লাইহৌ তৌবগী হীদাক।

ইরোইগী অরুম (লাইহৌ) হৌরবদি শজিক কয়া চানিঙদে, মরক মরকতা লোক খুই, লোক থুবগুমমু তৌই।

১। কর্পূর তোলা অমগা সোরা (তুকান্দা ফংই) তোলা অনিগা কালৈ (য়ু) ছটাক অমগা ঈশিং অইংবা সের অমা মখাইদা য়ানশিল্লগা পীথকদবনি। কালৈগা কর্পূরগা য়ান্নরগা কোম্বা সোরা য়ানগদবনি।

২। চিনি (গুড়) তোলা অনি, সোরা তোলা অনি থুম তোলা অহুম, শাবল মরিংখা মকুপ তোলা অহুমগা ঈশিং সের অমদা নৈখাইরগা পীজগদবনি।

চীপ্ৰাকঃ—হরাই মতোন নত্রগা তিংখৌ অনৌবা পীজবা ফৈ। চনাং মহী লাঙনা পীজবা ফৈ। চনাং লৌবদি চেং সের অমদা ঈশিং সের তরুক হাপতুনা ফুৎলগা মাছ চুম-থোক্লগা ইঙলবা কান্দা থুম খরগা চিনি ছটাক অনি য়ান্দুনা তংখাই অমা পীথকগা অরেন্দা তংখাই অহুনা পুঙ ৩।৪ লৈরগা পীজগদবনি।

ইরোইনা মপী ঈশিংগুম্বা ফায়বগী হীদাক।

ইরোইনা মখী ঈশিংগুম্বা তোয়না তোয়না ফায়বদি নাবা

ହୌରକପଦା ଯମୁକ୍ତ ଧରା ଲାଞ୍ଜି, ଚୌଟିଶସ୍ତ୍ରୀଃ ଯମୁକ୍ତି ନାବଶ୍ରୁୟ  
ତୌହି । ଅବାବା ଅସିନା କୁଟିରକ୍ତବଦି ଯଥୀ କାଞ୍ଜିବା ଯତ୍ତୟଦା  
କାଞ୍ଜି, ଅସ୍ତ୍ରୀଃ ଯନୟ ପୋଲ୍ଲକଇ । କାଞ୍ଜି କାଞ୍ଜିଶ୍ରଦା ଯଥୀ କାଞ୍ଜିବଦା  
ଜିନ୍ଦ୍ର ସାଞ୍ଜିକଇ ।

୧ । ରାଗି ଯନଃ ପୀଞ୍ଜରବନ୍ଦ୍ର କାଞ୍ଜି । ଅତାନବା ହୌରକପଦା  
କାଞ୍ଜି ଚିନି-ଟାପାଗା ଚେଡ଼ପାକ ଯକୂପକା ତୋଂତୁନା ପୀଞ୍ଜରବନ୍ଦ୍ର  
କାଞ୍ଜି ।

୨ । କାଞ୍ଜି (ସୁ) ଛଟାକ ଅସା, କବାଧଜୀ ଯକୂପ ତୋଳା  
ଅନି, କାବଳ ଯାଞ୍ଜିଂଧା ଯକୂପ ତୋଳା ଅସା, ପାଞ୍ଜିଂଧା ଯାଞ୍ଜିଂଧା  
ତୋଳା ଅସା, ଆଞ୍ଜିଂ ୧୦ ଯିକିଗି ଯକୂପଗା ଚବୋନ୍ଦା ହାପତୁନା  
ନୈଧାୟରଗା ପୀଞ୍ଜରବନ୍ଦ୍ର କାଞ୍ଜି ।

୩ । ଯାଞ୍ଜିଂ ଯକୂପ ତୋଳା ଅସା, କାଞ୍ଜି ଛଟାକ ଅସା,  
ଜିଞ୍ଜିଂ ୧୦ ସେର ଯଥାହି ଆଞ୍ଜିଂ ୧୦ ଯିକିଗି ଯକୂପଗା ଯାଞ୍ଜିଂଗା  
ଚବୋନ୍ଦା ଯାଞ୍ଜିଂଗା ପୀଞ୍ଜରବନ୍ଦ୍ର । ଯାଞ୍ଜି ଯାଞ୍ଜି ଧୁନା କାଞ୍ଜି ।

ଅସାବା କାଞ୍ଜିଂ ଯଥା କାଞ୍ଜିଂଗାଞ୍ଜିଂ ଯଥାଗି ହିଞ୍ଜାକ ଅସି  
ପୀଞ୍ଜରବନ୍ଦ୍ର ।

୪ । କାବଳ ଯାଞ୍ଜିଂଧା ତୋଳା ଅସା, ଧୁମ ଛଟାକ ଅସା,  
ପାଞ୍ଜିଂଧା ଯକୂପ ଛଟାକ ଅସା, ଯାଞ୍ଜିଂ ଯକୂପ ଛଟାକ ଅସା, ଗୋଳୟିଚି  
ଯକୂପ ଛଟାକ ଅସା, ଯକୂପ ଯାଞ୍ଜିଂ ଅସି ଯାଞ୍ଜିଂ ଯାଞ୍ଜିଂ ଯାଞ୍ଜିଂ  
ଚିନି (ଝୁଝୁ) ଛଟାକ ଅସା ହାପତୁନା ତୋଂତୁନା ଧୁମ କାବା ଚବୋନ୍ଦା  
ହାପତୁନା ପୀଞ୍ଜରବନ୍ଦ୍ର ।

## ইরোইনী ভীলনা ন্যবনী হীদাক ।

ভীলনা নারবদি (ভোল চেল্লদি) ইরোই শিগলি । নাবা  
হোরকপদা কোরবা তৌবিজদি ইরোই শি । লাদিনা অসি  
নারবদি ইরোই অহ মগুক চাওই, মতু কেল্লি ফুকপা য়াই,  
ইরোই অহ লোক খুই, নোংমা নোংমী শোম্বরকই, খুংনা  
মউব যহ চপতুনা পাটরবদি উনশা মম্বুদা বজ বজ হায়বা  
মখোনগুবা খোকই, মউন অহু উং মাল্লকই, মথী থরা  
ভোয়না কায় । চাবদি য়ায়া চায় হায়ববু চারিবা পোং অহু  
ভুমদে । থুনা লাদিয়ে-বিজবদি ইরোই অহু শি ।

১। থুম ছটাক অমগা চম্পা মনা ছটাক অমগা, হিদাকফু  
মহী / ॥০ বের মথায়গা পিথকদবনি ।

২। সৈকব থুম তোলা অমা (ছকান্দা ফংই, ফংগা  
চুম্বী থুম্বু য়াগনি ) হিরাকস্ মকুপ চংনিং ১৮ গী মজ্জগা  
য়াল্লগা পিথকদবনি । হীদাক অসি চয়োল অমা পিথকদা  
কায়বা খঙই ।

## ইরোইনা লোক থুবগী হীদাক ।

লক্ষন :—ইরোইনী লোক থুবগী লাদিনা ছৌরবদি থক  
থক হায়তুনা যতম অয়াস লোক খুই । যৌদি মম্বুদা সাই  
সাই হাইবা মখোল অমা খোকই, অহুবা ফহ ঘড় লাওবগুম্বু  
তৌই । মীণ্ডা কমা কমা লোক থুবা হোরকই ।

স্বক্কদি :—কোক য়ায়া থুবগা নজ্জা কজিওয়া য়ায়

অমদগী য়ায়া হেয়া ইংবা নংলবদি লোক খুব; লাইসেন্স অসি পোকই।

### লাইসেন্স :-

১। উচিষ্ঠি মকুপ শরুক অমা, শিংখা শরুক অমা, সৈন্ধব থুমনে শরুক অহম অসি পুয়া তকখায়রগা চাবোনগ পিথকদবনি।

২। ইশিং /১০ সের মখাউ অমা, চিনি অরিবা (৫৬) শরুক অমা, গোলমরিচ মকুপ শরুক অমা, পোং অহম অসি পুয়া ফুৎলগা পিথকবনু ফৈ।

৩। খোরি অহ য়ায়া গড় গড় লাওরনদি মখাগী হীদাক অসি ভৌবিগদবনি :—কপূর তোলা; অমা, জায়ফল মকুপ তোলা অমা, সৈন্ধব থুম তোলা অমা, হজাম খাউ /১০ পৌরা মখাইগা য়ায়ায়রগা মৈদা শাহনগদবনি। তিদাক অসি নোংমদা ৩/৪ রক মখোরিদা তৈবিগদবনি অমসুং মঙক্তা কথলগুমবা শামতুগী ফৌনা য়েংশিন্দুনা থগিগদবনি।

চিষ্টাক :- অনৌ অনৌব শক্তিক পিজগদবনি।

ইচেরাইগা মখোম স্নান থো = বা উপান্ন।

মচা পোকপা মতুংদা ইংবাই অমোমগী মখোম রাংনা থোকবদি মখাদা ইরিবা হীদাকশি অসি ভৌবিগদবনি।

১। পালগী (পানখোক) মকা পিজরবদি মখোম থরা ৫ উট মসুং মচুসু থরদি উঃউকৈনৈ ঠায়বু শজোমদি য়ায়া থোকই।

২। নি থৌথোংলি নত্রপা নিয়গী মনানচিংবা পিজরবদি

শঙ্কোম অহু মনম খরদি নমই হায়ববু শঙ্কোমদি য়ান্না থোকই।

৩। ওল অমসুং হোঙঙু ফুংতুনা : পিজরবদি মখোমদি খরা লাঙই হায়ববু শঙ্কোমদি য়ান্না থোকই।

৪ লফু খরা পিজরবসু শঙ্কোম য়ান্না থোকই। মচা পোকপা মতুংদা শঙ্কোম রাৎনা থোকবদি থোংতুম, শগোল হরাই অসি পুন্না ফুংতুনা পিজরবসু মখোম থোকই।

ইরোইবু থুম পিজবা য়ান্না কাইলৈ। শজিক চারকপদা ইরোইনা করিগুয়া কন্তবা ছগুমবা চারকবসু থুম পিজরবদি মাছুগী মহু অহু কোকই। থুম পিজরগা ইরোইগী মশা নোই পেঙ্গি। মরম অসিনা লুমিং খুদিংগী শজিককা লোইননা থুম ছটাক অমরুম পিজগদবনি। ইরোইবু হুজামগী নত্রগা কেগেগী থাওথি পিজবা কন্তে।

ইরোইগী খোমজিন পোকখায়বগী হীদাক।

মখোম শুম্বদা নত্রগা মচানা মখোম থকপদা জুগোং চাত্রগা নত্রগা শঙ্কোম ভৌবদা মৈদা চেম্বরবসু খোমজিন পোকখায়। খোমজিন পোকখায়রবদি শঙ্কোম শুম্বদা রাই অমসুং পাংথোকপসু হেল্লি, অহুগা শুম্বজবসু মখোম অহু (খোম্মি) পোমখৎলকই।

খোমজিন খর খর পোখায়রবদি ঈশিংনা নিংথিনা চাম-থোকপিরগা মাখোন তৈবিরগা ফৈ। মাখোন ফংদ-ফংত্রগা শঙ্কোম অফম্বগী মপাল অহু তৈবিরবসু ফৈ।

২। খোমজিন অহু য়ান্না পোকখায়তুনা পাংথোকুনা

ଈ ନାହିଁ ଥୋଇବଦି ହୁଏତ ଧୂମିଶ୍ରୀ ସିନ୍ଧୁ ମନ। କୁଞ୍ଜରା ନୋହୁଏ ।  
 ୭/୫ ବକ୍ତ ଚାନ୍ଦିବଦି ମଳୟ ଆସି ଡେଇଁବଦବଦି । ଗାହାଦି : -  
 ଥୋଇବ କାଞ୍ଚା ଅହୁ, ଯି ହଟାକ ଅବା ମଧ୍ୟାହି, ମହେବ (ହୁଦାକା  
 କାହିଁ) ଚାନ୍ଦି ନିପାଳୀ ମହାବକିଶିକିରି ଚାନ୍ଦି ୧୫ ଶ୍ରୀ ମହାବଦି  
 ମଳୟ ଶେଷବଦବି ।

ମଳୟ ମହେଶ୍ୱର ୫ -ଅହାନବଦି ପାତ୍ର ଅମଦା ଥୋଇବ ଅହଗା  
 ପାତ୍ର ଅମଦା ଶ୍ରୀ ଶୋଦୋକହୁଗା ଅନିୟକ ଅହ ପୁନଶ୍ଚିବଦଗା  
 କିଟକିରି ଅମଦା ମହେବ ପୋଞ୍ଚ ଅନିହ କୁପା ତକଧାଟିରଗା  
 ହାପଚିନ୍ଦୁବା ନେଧାଟିରଗା ମଳୟ ଶେଷବଦବି । ମଳୟ ଆସି କୋରି,  
 ମିଥାଡିନଟିବା ପାତ୍ରଦା ଧବ କହେ କିଟକିଶ୍ରୀ ପାତ୍ରଦା ଧବଗଦବି ।  
 ମଳୟ ଆସି ନିତ୍ରୀଶ୍ରୀ ୭ ୫ ବକ୍ତ ଡୋବିବଦି ହୋଇବିଶ୍ରୀ ଧାମଜିନ  
 ନାବା ସାଧା ଧୁନା କି ।

### ହିନ୍ଦୋଇଶ୍ରୀ ଧୁନା ଶିଗନବା ଜାତୀୟ (ପଶ୍ଚିମାଟୋଗ)

ହିନ୍ଦୋଇଶ୍ରୀ ସାଧା ଧୁନା ଶିଗନବା (ମହାକ ) ଜାତୀୟ ଆସି  
 ଧୈତେନୋନ୍ନା ସାନ୍ଧି ଚାନା ଥୋଇବ ଡାହି ଲେଡ଼େ । ସାନ୍ଧିର ବାଜିଲା  
 ଦେଖିତା 'ପଶ୍ଚିମା ଟୋଗ' ହାନ୍ତନେ । ସାନ୍ଧି ଅହୁଗା ଅସୀଶ୍ରୀ ନା-  
 ବକ୍ତବଦି ଅନାବା ଶଳ ଅହ ଅହୁପକା ହିନ୍ଦୋଇଶ୍ରୀବଦି, ଅହ  
 ନବଦି ଅହୁଗା ପୁରୁଷ ଜାତୀୟ ଆସି ଶୌନବକପା ନାହିଁ ।

ଲଞ୍ଜନ ୫ -ସପୁକ ଓହି ଧୂମିଶ୍ରୀ ସାନ୍ଧି ଧୂମିଶ୍ରୀ ଅହୁ ସାଧା  
 କାନ୍ଧାଲି, ସପୁକସ୍ ଧୂମିଶ୍ରୀ କାନ୍ଧାଲି ଓହି, ଅହ ହୋଇବକ ହୋଇବକ  
 ସାନ୍ଧା ଓହି, ସପୁକ ଧୂମିଶ୍ରୀ ମଳୟ ଅହ କିମିନ କାନ୍ଧାଲିବକ ସେପି,

গোঁ গোঁ হায়বঃ মখোল ধোকই লেডবা খোৎপা ওমদে ।  
য়েবদা হু চারকপণ্ডম উই ।

### লাজিয়েং ।

১। কালৈ (মু) তোলা মখাই, শিংখা মকুপ ছটাক  
অমা মখাই, গোলমরিচ মকুপ তোলা অমা মখাই, পোৎ  
ময়াম অসি ঈশিং অশাবগা নিংখিনা য়ান্নরগা পীথরুদি য়ান্না  
কৈ ।

২। চিনি অরিবা (পুয়াতন গুড়) তোলা ৭ কালানিমুক  
ছটাক অজম, কজুক মকুপ তোলা অমা, শিংখা মকুপ তোলা  
অমা মখাই অসি ঈশিং অশাবদা হাপলগা ইঙহললগা  
পীথরুদবনি ।

অনাবা অত্না অসুম হেনগৎলরুবা হায়বদি মখোঙ শেক্লা  
শেক্লা চৎপা, লেপপা ওমড্রবা, শজীক চাবা ওমদবা, মখী  
ফায়দবা, মকোক লুকথত্নতা লৈবা অহু ওইরবদি, মখাণী  
হীদাক অমসুং তৈনবা হীদাক অসি ভৌবিগদবনি ।

৩। খরমি অমগা শনাখোংনাং পাম্বিগী উকু তোলা  
অনি মখাইগা, পটঙ্গ মনা তোলা (কাক খবি মানবা ইনখাং  
চানবা) মঙা, লফু মকু (লেমফু) তোলা অনি মখাইগা পোৎ  
ময়াম অসি নিংখিনা তকখাইরগা চল্লোনদৌনা তৌরগা  
পীথরুদবনি ।

৪। হাইথু মখুনগী লৈপাক ছটাক অমা মখাই, শনখী  
ছটাক অমা মখাই, অক্সোৎ মনা ছটাক অমা মখাই, পোৎ  
ময়াম অসি নিংখিনা নোইখাইরগা ঈশিং খন্না হাপত্না



ফুৎকদবনি। সিংগিয়া ফুৎকদা লাইসেন্সিক অলোকাপা মথোয়া  
অহুদা তৈবিগদবনি।

৫। টার্পিন থাও /৭০ পোরা মথাইগা কর্পূর কাঁচ  
অমগা য়াঙ্গুনা তৈবিরবসু ফৈ।

অন্যবা অহুনা অমুম হেল্লকপগুম তৌরবদি শলগী মথৈ  
পোমবগী হিদাক্তা য়াওরিবা মৈথু “মনিম বৈহনবগী হীদাক’  
অহু তৌবিগদবসু দাঙ্গা ফৈ।

ইরোইবু হুই অঙাওবা নত্রগা লমহইনা চীকপা, বৈম  
পোকপা, মচী তেতপা, লিঙ্গ চীকপা, অমগা চিক্রমবগী হীদাব  
লেন্সাইকী হীদাক্তাচিবদি শামুকী ইরিবশিঃগা মাইলৈ। মাসি  
নত্রবা ইরোইগী লাইনা মচা মচা অকৈসু লৈরি, অহুবু লাই  
রিক য়াঙ্গা চাওমনত্রগদরা খঞ্জুনা মরু ওইবা লাইনাগীদ  
ইজরে।

ইরোইগী অমসুঃ শামুকী হীদাক পিজবদা লিঙ্গিগী পাত্রদ  
হাপতুনা পিজরোইদৌবনি। হীদাক পিজবদা নিপা অনিন  
য়েং-ওই মাকম অবিদা লৈছনা মরা কাকতোকলগা অতোপা  
নিপা অমনা হীদাক পিজবদা হোৎনগদবনি। মরা কাকো  
কগা লকু তুঙ্গ অমা মদাদা নমশিগা ফুঙ্গা অহুদা  
হীদাক তুঙ্গিফুনা পিঞ্জকদবনি।

ইরোইগী হীদাক পিজবগী চাংদমসু শলগী (শামুকী) চাংদ  
শেমবা অহুগুনা নহি মতাংগী মজুং ইর শেমগদবনি। ইরশিবা  
হীদাককী মজুংদ। হীদাক মরম খরা ফংদবা য়াওরবসু অফংবা  
হীদাক অহুনা শেমহুনা পিজগদবনি। আফিং পিজবা মত্রমদা  
খরা চ্যেকশিনগদবনি।

সোইসুখা।

আম্বুর্বেদগী কুইরকপা অম্মন্ত শন্দোরকপা ।

আম্বুর্বেদগী পৃথিবীসী মম্মুংদা খাইদগী কুইরকপা জাগ্রেয়েংবগী  
শাস্ত্রানি । মকমদি হিন্দু শাস্ত্রাদা আম্বুর্বেদব্ “অম্বুর্বেদস্যাম্বুর্বেদ  
উপবেদঃ” হায়বদি অম্বুর্বেদগী উপবেদ আম্বুর্বেদনি হায়রমই ।  
অক্, অক্, জাগ, অম্মন্ত অম্বুর্বেদ বেদ অসি হিন্দু ধর্মগী  
আহামদা জাইরিকনি (আদি প্রহ) হায়রিবা বেদ মখল মরি  
অসিগী মম্মুংদা অম্বুর্বেদনা খাইদগী অখোইবনি ।

বেদগী হৌরকপা মত্তম অসি লেপনবগীদমক পাশ্চাত্য  
পণ্ডিতশিঃমন্ত য়ান্না মৈনরে । কোলব্রুক (Colebrook)  
সাহেবনা ঘীন্স বৃষ্ট পোকত্রিঙেগী চহি ১৪০০ গী মমাংদনি  
হায়, জোন্স (William Jones) সাহেবনা চহি ১৬০০ কী  
মমাংদনি হায়মমই, অহুগা অতোগা কনা কনাগুয়া পণ্ডিত-  
শিঃগী মত্তমা চহি ২০০০ গী মম্মুংদা বীন্স বৃষ্ট পোকই  
হায়মদি । ভারতবর্ষগী কাওরনা পণ্ডিতশিঃনা বীন্স বৃষ্ট  
পোকত্রিঙেগী চহি ৪০০০ গী মমাংদগী বেদ মরি অসি লৈরকবনি  
হায়মদি ।

বৈদিক যুগকী মম্মুংদা আম্বুর্বেদনা মখং মখং চাওখংলহাস  
অচুখনি, তোইগুংবহ আম্বুর্বেদগী হৌরকপদি প্রাক ঐতিহাসিক  
যুগকী অচুখা উবা (সত্যপ্রষ্টা) অযিঃশিঃনা পোকলকপা মত্তমদ-  
গীনি হায়বদা করিন্ চিনকম লৈতে । ডাক্তর রয়ল (Dr.  
Royle) অকম্মুং ডাক্তর ওয়াইজ (Dr. wise) ডাক্তর

উইলসন (Dr. wilson) নচিঃবনা পাশ্চাত্য পণ্ডিতশিংনা  
আয়ুর্বেদকু খল্লহুনা পৃথিবীগী মনুংদা খাইদগী হেয়া অরিবা  
লান্জিয়েংবগী শাস্ত্রদি আয়ুর্বেদনি হায়বসি য়াথি অমসুং আধুনিক  
সভা পাশ্চাত্য জগৎ অসিদা লান্জিয়েংবগী বিদ্যাগীদমক হিন্দু  
হায়বা জাৎ অসিগী মফমদা ঐখোয়না লমন ভোল্লবান  
হায়রমই মাছদি “It is to the Hindus we owe the  
first System of Medicine” Dr. wise (Commen-  
tary on the Hindu System of medicine)

অহুগা হিপোক্রেটিস (Hippocrates) হায়বসি পাশ্চাত্য  
চিকিৎসা শাস্ত্রগী (Alopathic) মপানি (father of  
Medicine) হায়নরি। মহাক্সা পোকপনা খৃঃ ৩৭০ ইং  
শুভদনি, শিবনা খৃঃ ৪৬০ খিঃ সিঃ দনি। অহুগা মাহাত্মা  
এস, সি, এক হ্যানিম্যান (S. C. F. Hanneman)  
না হোমিও চিকিৎসা শাস্ত্রগী মপানি (Father of Homoe-  
opathy) হায়নরি। মাহাক্সা পোকপনা খৃঃ ১৭৫৫ ইং, শিবনা  
খৃঃ ১৮৪৩ ইংদনি। ভৌইলুম্বসুং ইতিহাস পাবদা খঙনরে  
মাছদি হিপোক্রেটিস অমসুং মাহাত্মা হ্যানিম্যান পোকত্রিঙৈগী  
য়াল্লা মমাঙদা থেলস (Thales), পাইথাগোরাস (Pythago-  
ras) অমসুং এরিষ্টটল (Aristotle) নচিঃবা গ্রীক পণ্ডিতশিংনা  
দর্শন শাস্ত্র ভল্লনবগীদমক এসিরিয়া অমসুং বেবিলনিয়া  
(Asyria and Babylonia) প্রদেশতা অহুগা লান্জিয়েংবা  
অমসুং বিজ্ঞান ভল্লনবগীদমক মিশরদা (Egypt) চংলি।

অমুক মিশরগী পণ্ডিতশিংনা পূর্বদেশতা (ভারত) লৈবা  
কনাগুয়া জাতিগী মফমদগী লাস্টিয়েংবগী বিদ্যা অসি তম্মকই  
হায়হনা য়াখি। তৌইগুয়সুং অহুক কুইরবা যুগ অহুদা হিন্দু  
জাতি নন্তনা কনাগুয়া জাতি অমন্তনা লাস্টিয়েংবগী শাস্ত্রগী  
মরমদা শন্দোকা লাইরিক ইরমই হায়বা প্রমান ফংদে।  
পাশ্চাত্য চিকিৎসা শাস্ত্রগী হৌরকফম অমসুং শন্দোরকপগী  
মরমদা ঋগুরকপদা ডাক্তর রাইজনা (Dr. wise) হায়খিঃ—  
“ভারতবর্ষগী কনাগুয়া অঙ্কপা জাতিশিংগী মফমদগী অহানবদা  
মিশরগী পণ্ডিতশিংনা লাস্টিয়েংবগী বিদ্যা তমলকই। অহুগী  
মতুংদা গ্রীককী পণ্ডিতশিংনা মাথোয়গী মফমদগী অমুক তমহনা  
নৈনবা হৌরকই। গ্রীক অমসুং রোমানশিংদগী আরবীয়শিংনা  
ফংখি, অমসুং বাগদাদকী শাসন কর্তা কালিফশিংনা  
পাল্লিঙৈদা ভারতবর্ষদগী অমুক লাস্টিয়েংবগী পোৎচং খিজিন্দুনা  
লাস্টিয়েংনবা শাস্ত্র য়ান্না হেনগৎখি”। মতম অসিদা আরবীয়-  
শিংনা ইউরোপকী অয়াস্বা মফম জয় তৌহনা সারাসিন  
সাম্রাজ্যগী (Saracenic Empire) মপু ওইরবদা শাস্ত্র  
অসি স্পেন লৈবাক্তা অমসুং অহুগী মতুংদা ইউরোপ পুন্নমক্তা  
শন্দোকখি।

“The Grecian Philosophers are assisted by the Egyptian Sages who appear to have obtained much of their knowledge from some mysterious nations of the last. Egypt after

having had her institutions destroyed by the sword of the conqueror (i. e. Alexander the Great) became the seat of Grecian learning which was afterwards transferred to the last. Whereunder the fostering care of the Caliphs of Bagdad, medicine was cultivated with diligence and success. It received still further additions from the East and thus improved. It was conveyed by the Mohomedan conquerors into Spain. From thence it was communicated to the other parts of Europe".—Dr. wise, (Commentary on the Hindu System of Medicine)

অসিদি নন্তনা আমেরিকাগী ফাওরবা, হৈশিংলবা ডাক্তর জর্জ ক্লার্ক, এম—এ, এম—ডি (Dr. George Clarke, M. A. M. D.) না ইরশ্মী—“ঐনা ঙংরেজীগী চরক পাতুনা লেপচরে, ভারতকী হৌজিকী মতমগী লান্সিয়েংবশিংনা আধুনিকী হীদাক (ইউরোপ লোমগী ডাক্তরগী হীদাক) তোকতুনা চরকী মত মতুং ইল্লা লান্সিয়েংলবদি পৃথিবীদা মতম চুন্না লান্সিনাগী মশীং অমসুং অশিবা হেন্দোকপগী থবক অসি য়ান্না ময়েং তাগনিং হায়রশ্মী।

কলিকতাগী ফাওরবা ডাক্তর চার্লস সাহেব (Dr.

charles) না মেডিকেল কলেজদা ছুপীগী লাস্টয়েং (ধাত্রী-বিদ্যা) গী মরমদা পাউতাক পীবগী অহৌবদা হায়রম্মী,—  
“হে ছাত্রশা! নখোইগী ঋষিশিংনা চহি লিশিং কয়াংকয়াগী  
মমাংদা মপুঙফানা হৈরম্মা বিদ্যাশিং অহু ওলি ঐনা-নখোইবু  
মপুঙ ফাদনা খজিক্তং তম্বিবা লাকইবনি ” হায়খি ।

ডাঃ চোপরাগী “Indigenous Drugs of India”  
থোরকপদা ঐগী প্রবন্ধ অসি নিঃশিঃলকই ।

ভারতকী ঋক বেদদা য়াংলি হায়বা উরীগী রারম ইরি ।  
অথর্ব বেদদা মখল অয়াশ্বা হীদাকী রা. ইরি ।, আয়ুর্বেদ  
শাস্ত্রদা ভারতকী অনাবা লাস্টয়েংবগী মরোল য়াংলাঃগুগাইন  
লৈরি । চরক অমসুং শুক্রতনঃ ইরম্মা লাইরিক্তা হিন্দুস্থানগী  
লাস্টয়েংবা হিরম্ম শন্দোক্রা ইরম্মী । পাশ্চাত্য পণ্ডিতশিংনা  
লাইরিকশিং অসি পাছনা হায়নরি,—চহি লিশিং অনিগী  
মমাংদা মেডিসিন অমসুং সার্জারীগী মরমদা ইরম্মিবশিং অহুদি  
অঙকপা অমসুং য়াংলা মমল য়ামত্রবা লাস্টয়েংনা থম্মা ইরম্মী ।  
শাস্ত্রগী লাস্টয়েংদা মাখোয়না থ্বাইগী মথক থোংলম্মী । করি  
অমুক হায়গনি—সন্মোহীনী হায়বা মী পঙথহম্মবা হীদাক  
অহুসু মাখোয়না (আয়ুর্বেদন) পুথোক্ৰম্মনি ।

আরবতা অমসুং গ্রীসতা আয়ুর্বেদ লাইরিক অনুবাদ  
তোখিবনা লৈবাকশিং অহুদসু লাস্টয়েংবগী শাস্ত্র চাওথৎখি ।  
কুরুক্ষেত্রগী লাঞ্জাও থোক্খিবগী ফলনা ভারতকী বলবীৰ্য্য  
অমসুং বিদ্যা মাংহনখিবনি । মপানগী লৈবাকশিংদগী শক,

হুন, যবনচিবা মপাঙ্গল কনবা জাতিশিং লাকতুনা ভারত  
রাজত্ব তৌরৈ। লৈবাক্তা মখল অয়াখা অনাচার অমসুং  
অত্যাচার তৌরকই। অতুগ। লোয়ননা মই-মশিং অমসুং  
অফবা রাখল মাঙখি।

ফরাসি, ওলন্দাজ, পোর্টুগীজ অমসুং ইংরেজ তিন্ননা  
লাকতুনা ভারতকী মমাঙঙৈগী দিদাগী খন্নবগী থোঙ  
হা দোক্রে। পৃথিবীগী লাস্টয়েংবগী মরমদ। শিজিন্নবদ। য়ায়া  
থরাই য়াওব। পাশ্চাত্যগী হৈ-শিংবগিনা ভারতকী অসিগুয়া  
আয়ুবেদগী লাইরিকাশং অসি পাবদগী অঙকপা ফংখি অমসুং  
ভারতীয়শিংবু সভ্যতাগী য়ায়া রাংবা থাঙ্ক থাঙ্কখি।  
মাসিদগী ভারতবাসিশিংগী আয়ু সন্ধানগী লৌশিং পোকখি।  
হিন্দুশিংনা মাখোয়গে অথুগা লন থিবা ফংখি অমসুং  
পৃথিবী মাইগৈ মাইগৈদা হৈশিংবা নিপাশিংনা চাওখেনবা  
হোৎনখি।

পাশ্চাত্যগী লাস্টয়েংবগিনা হৌখিবা চহি ২৫। ৩০ রোমদগী  
আয়ুবেদদগী থোকপা নিংখিনা মশক থবা অমসুং মগুন  
খংলবা হীদাক, মনা-মশিং কয়ামরুমনা রসায়ন শেখদা কয়া  
কাল্লরক্রে মাছুদি—তৈথাগোক (বেল) খারমলেশোক (অশোক)  
পুনর্নবা (বৃন্দাম শাক) নচিংবা হীদাকশিংগী মগুন হাইরপ্পা  
অয়াস্বদা খৎনরে। তৌইগুয়সুং য়ায়া য়ুগ্না নিঙখিনা য়েংলবদি  
রাংলি, মাছুদি—হীদাকশিং অতুগী মনুংদা Active Principle  
(অথোইবা পান্থীদগী লোবা অফবা হীদাকী পোৎচং) করম্বনা।

জীবশিঙ্গী হকচাঁদা চণ্ডহল্লগা করম্বা খবক তৌরকপা, মাদুগী চাংদম (মাত্রা) হেল্লগা নল্লগা রাংলগা করম্বা তৌবা অসিনচিংবা মী অয়াস্বনা খণ্ডবিনবগীদমক ঐতিহাসিকী শোয়দবা অবস্থাগী রারী খরদংগা ইজরি। মাদুদি—সার উইলিয়ম জোন্সন অহানবদা ভারতকী উপাল রাপাল লোমদা হীদাকীদমক য়েংশিনখি। ১৮১০ সালদা জন ফ্লেসিংনা (Catalogue of Medicinal Plants), ১৮১৩ সালদা এন্ডালিনা (Materia Medica of Hindusthan), ১৮২০ সালদা ফ্লেরা ইণ্ডিকা রক্সবার্গনা ইখি। অহুদগী ওয়ালিশ, রয়েল অমসুং সোয়েসিনা (Bengal Pharmacopoeia) ওয়ারিংনা ১৮৬৮ সালদা (Pharmacopoeia of India) লেংই। মতম অসিদসু ভারতকী কনাগুয়া ডাক্তরনা মায়গৈ অসোমদা নিংশিংলমদে। মহিদ্দিন সেরিকনা অহানবদা সপ্লিমেন্ট অমা ইখি, ফার্মাকোপিয়া অহুনি। ইউ, সি দত্তনা মেটেরিয়া মেডিকা সংস্কৃত-তগী অহুবাদ তৌখি। ওয়ার্ডেন অমসুং ছপারনা “ফার্মাকোপিয়া ওফ ইণ্ডিয়া” হায়বা অচোবা অমসুং মমল য়ামথ্রবা লাইব্রিক অহু লেংছনা ১৮৮৫ সালদা ছাপা তৌখি। সার জর্জ ওরটনা ১৮৯৫ সালদা “A Dictionary of Economic Products of India” কোবা অচোবা লাইব্রিক অহু লেংখি। ডাঃ কানাইলাল, দে-না ১৮৯৬ সালদা “Indigenous Drugs of India” কোবা লাইব্রিক পুথোকই। কৃষিকার অমসুং বসুগী “Indian



Medicinal Plants” হায়বা লাইরিক অতুনা লাইরিক লেংবা অযাশাগী কান্নরি। লাইরিক অসিদা হীদাকী পাস্বীশিংগী ছবি যাওবনা মশক খঙবদা য়ান্না খুদোং চাই।

মাসিনা খঙনরিববু বেদগী হৌরকফন্না ভারন্তা, অতুগা দর্শন অমসুং ইতিহাসকী অতুগা ভারতকী পাস্বীদগী থোকপা হীদাক, লৈনুংদগী থোকপা পোৎনচিংবগী থিবা-থোৎপা অমসুং মাছুগী মরমদা লাইরিক ইবনা মীরৈবাকী (ইউরোপকী) হৈশিংবনা ওইথে। ভারতবাসী ঐথোয়না চহি লিশিং কয়া তুল্লকপদগী চহি ৪০।৫০ রোম অসিদা খর-খর মিকপ থোক্তকদবঙম তৌনরক্কে। ডাঃ চোপরানা খবক অসিদা চহি য়ান্না মতম চঙনা হোৎনরকপদগী মী অযাশনা মাবু ধনাবাদ তৌনরি।

হন্দকী অনিশুবা পৃথিবীগী লাজ্ঞাও থোকথিবা মতম অসিদা ভারতকী হীদাকী মনা-মশাংগী মরমদা খঙবা কান্নে হায়বা অসি মী পুন্মক্কা খঙনথে, উনথে। হন্দকী লাজ্ঞাওদা পৃথিবীগী জাৎ পুন্মক নুপী নুপা, খাক্তনা যাওথিবঙম তৌথি। এলোপ্যাথিকী লাস্টয়েংবশিংনা মীরৈবাকী হীদাক ফংদবদা “কিং কর্তব্য বিমুঢ়” (What to do?) ওইথি। নৌনা, পাশ তৌরকপা ডাক্তরশিংনা য়ান্না রানথি মরমদি— জার্মানীগী হীদাক লাক্তবা, আমেরিকা অমসুং ইংলণ্ডগী হীদাক ফংখিদবনা।

অসিশুবা খুদোংচাদবা অসি মতু দম্ম খোক্তোই হারনিংঙাই

লৈতে। মাসিগুয়া খুদোং চাদবা অমসুং লায়রবা মণিপুৰী  
জাতিনা নোংমা নোংমগী অনাব। মখল মখল থোরক্লবা মতম,  
মৈতৈগী খুংলী-ফবা মাইবসু তাঙলক্লবা, অতুগা এলো-  
প্যাথিকী লাস্টয়েং য়েংবদসু বিলাতি-হীদাক, পেটেন্ট ফুড,  
সুৰাবীৰ্য য়াওবা মমল য়াওয়া হীদাক। ডাক্তরগী লাস্টয়েংবদা  
লুপা য়ান্না চঙবনিনা উন্নদত্না। লুংশিজরবা মণিপুৰী জাতিনা  
অনাবগী লাস্টয়েংব' রাংপনা মতম চাদনা। পুনশি লোইবা,  
অমসুং অরাবা ফ'বদা খক্তিকুং সহায় ওইবা, উমগত্ৰা  
খক্তুবদগী করিসু খংজদ্রবা, পঙলবা। ঐনা। আয়ুৰ্বেদগী মত  
লোত্না “লাস্টয়েং-লাইরিক” কোবা লাইরিক মচা অমতং,  
হোখিবা ১৯৪৬ ইংদা ১নবা সঙ্করন্দা লাইরিক ২০০০ দং  
ছাপা নমত্না ফোঙজখি। চীং অমসুং তমগী মণিপুৰী  
পুকচেল চাওবা ইচিল-ত্নাওশিং খরনা লুংশিবিত্না অমুক  
২বা সংস্করন ছাপা নম্ননবা অতুগা মণিপুৰী জাতিগী থরাই  
ওইরিবা শা-শলগী লাস্টয়েংবদা খুদোং চাদত্না রানরিবা অসি  
খর কোক্লনবা শাগী লাস্টয়েং (পশুচিকিৎসা) গী লাইরিক  
অমগা আয়ুৰ্বেদগী মতুংইন্ন। ফোঙননবা তাকপিরকপা মতুংইন্ন।  
ঐনা হন্দক “শাগী লাস্টয়েং লাইরিক” কোবা লাইরিক মচা  
অসি ফোঙজরি। শাগোলনচিংবা অতোপ্পা শাশিংগী লাস্টয়েং  
য়াওনা ঈরবদি লাইরিক য়ান্না চাওমল্লগনি খঞ্জত্না, ঐথোয়গী  
হিংনবগী থবক্তা মরুওইনা চংলিবা শল-ইরোইতগী ওইনা  
ফোঙজরে। অতোপ্পা শাশিংগীদমক্তদি লাইরিক অসিগী  
অনিশুবা শরুক্তা ফোঙজগনি। ইতি—

শ্রীওক্রম ইবোমচাসিংহ,  
কবিরাজ (আয়ুৰ্বেদ) এম-বি (হোমিও)  
নম্বোল।

## অন্নানবা ছুমথোকপা

অন্নানবা

অচুয়া

লামায় ২৯ গী পরেং ৫ দা—হিবাকস ——— হিবাকস

" ৩৭ " " ৯ " য়ুবিথাও লিক্লা — য়ুবিথাও লিক্লা ৩০

## ফোঙগদৌরে—

১। অঙাং য়োকপা

২। পুনশিরোল

৩। য়ুগকৌ পোইরৈ

## লাইরিক সংক্ষমঃ—

মণিপুরগী লাইরিক স্মোনফম খুদিংমক্তা।